Path.
1044

Cath. 1044

Path. 1044.

Allgemeines

medicinisch-diätetisches

Handbuch

bei der

Sauerbrunnen-Cur

R

welches

die dabei nöthig zu beobachtende Maasregeln enthält und Anweisung gibt, den vorkommenden Vorurtheilen und Fehlern gehörig zu begegnen.

von

D. C. F. Reuß.

Frankfurt und Leipzig
bei Johann Benedict Mezler
1792.

BIBLIOTHECA
REGIA
MONACENSIS.

Einleitung.

Unter die große Anzahl der verschiedenen Heilungsmittel, welche Gott zu unserm Nuzzen in die Natur gelegt, und uns jezo in so reicher Maas darbietet, gehören vorzüglich auch die reinen **Wasser der Quellen**, welche in unendlich vielen Gegenden des Erdbodens hervorfließen. So groß der Nuzen und so unentbehrlich das Wasser zum Trank und zur Zubereitung der Speise ist, so sind ausser diesen an sich immerhin wichtigen doch dem Wasser auch solche Kräfte von dem

Herrn der Natur beigelegt worden, nach welchen es auch zur Hebung der Krankheiten, welche den menschlichen Körper befallen, großen Einfluß haben kann, wenn es nach eines scharfsinnigen und genau prüfenden Kenners Vorschrift gebraucht wird.

Was für Würkung ist nicht schon diese, daß ich nur einige derselben anführe, wenn es Theile, die verhärtet sind, nach und nach auflöset; Säfte, die aus allerhand Ursachen zu dick worden sind, ihren Weg weiter fortzusezen, verdünnet und zertheilt, Schmerzen lindert, die unzähligen Gänge im Körper des Menschen reiniget und säubert; den Stuhlgang, Schweis und Urin befördert.

Wenn wir nun von dem bloßen **Wasser** uns solche **Vortheile**, deren wir einige eben vernommen haben, versprechen können, wie unendlich größer muß dann nicht der Nuzen von demjenigen Wasser seyn, das sich auf eine noch viel vorzüglichere Art auszeichnet, welches man **Mineralwasser**, und von die-

diesen einige Sauerbrunnen nennet, die mit verschiedenem fremden Stoff vermenget, hell aus den Klüften der Berge und dem rein- sten Sande hervorspielen, das ganze Jahr hindurch mit dem größten Trieb in den an- sehnlichsten Wassersäulen sich durch allen Wi- derstand durcharbeiten, und ihren Bewunde- rern nicht allein zu reichlichem Gebrauch, sondern zu besonderm Nuzen als die kostbar- ste Arznei, in den schwersten und langwie- rigsten Krankheiten darbieten.

Alle heilsame Würkungen der Arz- neimittel im menschlichen Körper, be- stehen vorzüglich darinnen, daß sie entweder die von ihrer temperirten Art und Beschaf- fenheit abweichende, verdorbene, (als saure, salzige, schleimige, galligte) Feuchtigkeiten ändern, bessern, die verstopften Gefäße und Röhren öffnen, die überflüßigen und unnüz- lichen durch mancherley Abscheidungswege, als den Stuhlgang, Urin, Schweis u. s. w. abführen, oder daß sie den geschwächten Thei- len die gehörige Kraft und Stärke wieder

ersezen, die aus verschiedenen Ursachen zusammengezogene und verhärtete erweichen, den Schmerz lindern, den freien Umlauf des Geblüts durch alle Theile wieder herstellen.

Alle diese vorzügliche Kräfte, die sonst einzeln bei verschiedenen Arzneien angetroffen werden, finden sich beisammen in den Sauerbrunnen. Die fast bei den meisten Wassern von dieser Art einem jeden gleich in die Sinnen fallende, merkwürdige Eigenschaften, der flüchtige, mit Gewalt in die Nase aufsteigende Geruch, und angenehm beissende Geschmack, versprechen schon bei ihrem Gebrauch ganz besondere Würkungen auf das Leben der Sterblichen. Die besondern gleich kenntbaren Eigenschaften und Unterschiede der Sauerbrunnen von den simpeln Wassern, gaben von Zeit zu Zeit den Naturkündigern, den in der Chemie besonders erfahrnen Aerzten Anlaß die Bestandtheile dieser Sauerbrunnen genauer zu untersuchen, und durch wiederholte Erfahrungen ihre Heilkräfte genauer zu bestimmen.

Nach

Nach den damit gemachten Proben, zeigten sich verschiedene Bestandtheile, und nach denselben auch besondere Würkungen.

Erstlich ist bei allen ein subtiles, leichtes Wasser anzutreffen, das, in gehöriger Maas genommen, die dicke, zähe, schleimigte Feuchtigkeiten, verdünnet, flüssig macht, die salzige Schärfe einwickelt und versüsset, die harte, zusammengezogene Fasern oder fleischigte und nervöse Theile erweicht, die verstopften Canäle der Eingeweide und Ausführungsgänge eröffnet, die Ausflüsse von Säften und Unreinigkeiten befördert, und wieder in gehörigen Stand sezet.

Ferner trifft man in einigen mineralischen Wassern ein besonderes Mittelsalz an, das die zähgewordene Feuchtigkeiten auflöset, den Leib eröffnet und besonders den Stuhlgang befördert; in andern ist dieses Salz blos laugenhaft, welches die Säure dämpft, an sich nimmt, und dadurch in ein Mittelsalz verwandelt wird, welches die dik-

ken, schleimigten Säfte verdünnet, auflöset, und die Aussonderungen durch den Schweis und Urin befördert.

In einigen sind noch über dieses besondre eisenhaltige Theile, welche den geschwächten Fasern der Adern und andern Theile ihre verlohrne Stärke wiederum mittheilen, und dadurch den Umlauf des Geblüts merklich befördern, das hie und da stokkende zertheilen und forttreiben.

Als ein besonders würksamer Theil ist das darinnen enthaltene subtile, luftige, ätherische, geistreiche Wesen anzusehen, das sich durch den durchdringenden Geruch und Geschmack, durch die Bläsgen, auch durch den Dampf vorzüglich zeiget. Diese Bläsgen steigen, wenn das Wasser beweget, ausgegossen, oder mit einem säuerlichen Wein vermischet wird, in die Höhe. Dieser so zarte, geistige, sich kräftig ausbreitende Theil, scheinet gleichsam die Seele

der

der Sauerbrunnen zu seyn. Sie sind so subtil, daß sie leicht verfliegen. Sie dringen mit den andern Bestandtheilen genau vermischt, durch die zärtesten Canäle und Röhren des menschlichen Körpers, sie befördern dadurch den Umlauf des Geblüts und aller Säfte, nebst den davon abhangenden Abführungswegen kräftig, sie stärken auch die besonders matten und schlappen Theile.

Auch hierinnen, in diesem klein scheinenden Umstand, ist die Einrichtung des so gütigen allweisen Urhebers der Natur zu bewundern, daß sich diese heilsame Wasser mit ihren so verschiedenen Bestandtheilen nicht nur in reicheſter Maase darbieten, sondern durch eben diese ihre Verschiedenheit, in den so sehr unterschiedenen Naturen, Temperamenten, Himmmelsgegenden, Lebensarten, Anfällen, und Krankheiten des Menschen, doch einem jeden nach seinen Umständen, dienen und vortheilhaft werden können. Al

lein, wie vieles ist noch in der Natur, das auch, wenn es würklich entdecket, wenn die Bestandtheile derselben genau erforschet, der Nuzen bekannt, und der Gebrauch davon sichtbar ist, doch nicht den erspriezlichen Nuzen hervorbringen kann, der davon mit Recht zu erwarten ist! Viele Jahrhunderte gingen vorbei, daß man die jezo noch so nüzlichen Sauerbrunnen, nur als Quellen, nur als bloßes Wasser ansah, das etwa nur einem Wanderer, der da vorbeiging, seinen Durst stillen konnte; seit dem aber der Mensch sich mit der Natur bekannter gemacht, und die in derselben verborgenen Kräfte untersucht hat, so wurde es nebst den weisen Anstalten sorgfältiger Regenten dahin gebracht, daß der Gebrauch der meisten in den verschiedenen Gegenden der Erde quellenden heilsamen mineralischen Wasser erspriezlicher, und dem menschlichen Geschlecht bequemer eingerichtet wurde.

Die ausführlichen Nachrichten und Beschreibungen dieser Mineralwasser, von berühmten Naturforschern und erfahrnen Aerzten, dienen auch vorzüglich, diese heilsame Wasser zur Erhaltung der Gesundheit und des Lebens der Menschen, und zu Abwendung und Heilung beschwerlicher Krankheiten, welche vor sich unsrer zerbrechlichen Hütte den Umsturz drohen, nüzlicher anzuwenden und zu gebrauchen.

D. C. F. Reuß.

Was den Gebrauch der Sauerbrunnen anbelangt, so kann solcher das ganze Jahr hindurch anstatt des gewöhnlichen Tranks bei der Mahlzeit getrunken werden.

Vor vielen andern schickt sich das Selterwasser am besten zum Tischtrunk, da es nicht verstopft, auch nicht laxirt, noch die Verdauung hindert, sondern vielmehr befördert und zur Erzeugung eines guten Nahrungssafts viel beiträgt.

Damit aber der Magen von dem blosen Wasser nicht zu sehr geschwächt werde, so empfiehlt Hofmann die Vermischung desselben mit Wein, entweder mit gleichen Theilen, oder zwei Theil Wasser, mit einem Theil guten alten Wein (auch Rhein- oder Burgunder-Wein) wo man nach Belieben etwas Zucker hinzu thun könne, um dieses Getränk angenehmer, kräftiger und unschädlicher zu machen.

A Will

Will man aber eine rechte vollständige Cur damit vornehmen, und ihn einige Wochen in Menge trinken, so ist

1.) die Jahrszeit die bequemste und in solchen Monaten vorzunehmen, wo die Hize nicht zu groß, das Wetter am angenehmsten und dauerhaftesten, um die dabei so nöthige Bewegung ohngehindert fortsezen zu können.

Ehe aber der Anfang mit dem curmäßigen Gebrauch eines Sauerbrunnen gemacht wird, so haben diejenigen, welche Sauerbrunnen trinken, allemal nöthig eine kleine Vorbereitung voran zu schicken.

Hofmann hält eine zuvor angestellte Aderlässe für sehr zuträglich, besonders bei vollblütigen Personen, und solchen die wohl leben, viel Wein trinken, sich nicht viel bewegen, aufgelaufene Adern und einen starken Puls haben; auch bei Frauenspersonen, bei welchen die monatliche Reinigung nicht ordentlich und genugsam geschiehet, oder Alters halber gar zurück bleibt; so auch bei Mannspersonen, bei welchen die güldene Ader nicht gehörig fließt, oder gar verstopft ist, und daher öfters von dem in den großen Adern des Rükens stockenden Geblüt, ein drückender und spannender Schmerz im Rükken, oder auch ein Hüftweh entspringt.

Bei

Bei solchen Personen hält er eine Aderlässe auf dem Fuß von fünf, sechs, auch wohl mehr Unzen für sehr nöthig und dienlich. Hingegen ist solchen Personen, die kleine Adern und einen schwachen Puls haben, blaß und blaich von Farbe sind, auch lange Zeit einen starken Husten Auswurf und Beschwerung auf der Brust empfinden oder erst krank gewesen, die Kraft verloren, und keinen Appetit haben, die Aderlässe nicht so dienlich als das Schröpfen, um solche dadurch nicht mehr zu schwächen, und die zur Cur nöthigen Kräfte dem Körper vollends zu entziehen.

Eine Aderlässe wird auch allemal denenjenigen dienlich seyn, die nicht nur vollblütig sind, und Wallungen im Geblüt empfinden, sondern auch bei solchen, wo die gewöhnliche Zeit der Aderlässe auf den Anfang der Sauerbrunnencur fällt.

So ist die Aderlässe oft auch den sehr reizbaren und empfindlichen Personen nöthig, welchen die ausdehnende Kraft der Sauerbrunnen leicht Wallungen und unordentliche Triebe verursachen kann. So kann auch eine während der Sauerbrunnencur klüglich angestellte Aderlässe, wenn eine Ausleerung des Geblüts nöthig

 ist,

ist, von großem Nuzen seyn, und eine schnelle und erwünschte Würkung äußern.

Hingegen giebt es sehr viele Fälle, wo die Aderlässe nicht allemal nöthig ist, wo dieselbe öfters auch nicht im Stande ist, die mancherlei Beschwernisse zu heben, welche von einem unvorsichtigen und starken Gebrauch solcher Sauerbrunnen, oder auch von dem, bei der Sauerbrunnencur schädlich eingeführten, Mißbrauch verschiedener starker Getränke, oder aus Vorurtheil, zur Stärkung des Magens entstehen, oder von heftigen Leibes und Gemüthsbewegungen ihren Ursprung haben.

Wie vor dem curmäßigen Gebrauch der Sauerbrunnen öfters eine Aderlässe erfordert wird, so ist das Laxiren noch viel nöthiger. Es wird vor solcher Sauerbrunnencur der Leib auf solche Art von vielen Cruditäten, von manchen unreinen, galligten sauren und schleimigten Säften gereinigt, und dem Wasser der Weg zu einer sichern Würkung gebahnet, besonders auch wenn solches Laxiren (wie es Hofmann genau beobachtet hat) zwey Tage vor dem Aderlassen geschiehet.

Es dürfen aber die laxirenden Mittel nicht zu stark angreiffen, noch weniger purgiren, sonsten wird die zu einer vollkommenen guten Wür-

kung

kung erforderliche Stärke, der Tonus, und die ebenfalls nöthige peristaltische Bewegung des Magens, und die Gedärme so sehr verderbt und umgekehrt, daß er mehr auf- als unterwärts geht. Wenn man noch über das, gleich den andern Tag auf ein solch starkes Laxativ ohne einen bis 2. Tage zu warten, sogleich den Sauerbrunnen trinkt, so bleibt in solch geschwächten Theilen das Wasser sizen, geht nicht fort, verursacht Blähungen, Uebligkeiten, Erbrechen, Beängstigungen, verlohrnen Appetit, und verschiedene andre üble Zufälle.

Sollte etwan durch ein unvorsichtiges Laxativ der Magen schon verderbt worden seyn, so mus man nach Hofmanns Rath, ehe der Sauerbrunnen angefangen wird, den Brunnen einige Tage aussezen, und die im Magen entstandene Beschwernisse, durch andere dienliche Mittel wiederum heben. Um also den Leib weder durch allzu heftige Würkung, noch durch vielen Verlust der Kräfte, doch hinreichend zu reinigen, so hat Friedrich Hofmann durch eine lange genaue Erfahrung bei dergleichen Wassercuren, zur größten Zufriedenheit der Kranken, folgenden laxirenden Trank mit dem vollkommensten und besten Nuzen, viele Jahre hindurch gebraucht.

Es werden dazu 4—5 Loth der besten Manna genommen, ein bis anderthalb Qtl. Cremor tartari, solche werden in 5 — 6 Unzen Schlehenblüthewasser gelinde gekocht, aufgelößt, durchgeseihet und 30 Tropfen von einer guten Pomeranzenessenz oder 4. Tropfen von dem oleo de cedro (oder von einem oleo caryophyllorum oder Cinnamomi) darzu gethan. Damit aber solches, des Morgens früh in gehöriger Wärme genommen, wegen der Menge keinen Ekel oder Erbrechen verursache, so ist am dienlichsten, zuerst nur die eine und in einer Viertelstunde die andere Hälfte zu nehmen, auch jedesmal einige Schalen dünne Brühe oder Thee, Caffee nach zu trinken.

Sollte aber wegen dem Husten und der Brustbeschwerung, die in dem Cremor tartari enthaltene Säure etwan zu viel reizen, so können statt derselben eben so viel von der Terra foliata tartari oder dem Tartaro tartarisato genommen werden. Um den Schleim und andere Unreinigkeiten aus dem Magen und Gedärmen abzuführen, dienen auch die verschiedenen Laxiersalze, als 1 — 2 Loth Englisch oder Sedlizer, Epsomer, Kreuzburger oder Eger Laxiersalz.

Die

Die Salze, im Selterbrunnen wie in andern Sauerbrunnen gänzlich aufgelößt, laxiren auch die stärksten Personen, wenn sie zugleich einige Gläser Sauerbrunnen darauf trinken, bis die Wirkung erfolgt. Diejenigen, welche die darzu nöthige Dosin nicht nehmen können, lassen sich vom Arzt nach Beschaffenheit ihres Zustandes ein ander Laxativ verschreiben.

Nicht nur die gehörige Auswahl der Laxiermittel und auch solcher laxirenden Salze ist genau zu beobachten, sondern auch auf die verschiedenen besondern Umstände desjenigen, welcher die Sauerbrunnencur vorzunehmen gesonnen ist, vorzüglich zu sehen. So kann den gelb- und bleichsüchtigen Personen die Rhabarber zu einem halben Quentgen genommen, mit eben so viel laxirendem Salz vermengt, mehr nuzen als ein anderes Laxativ. So kann andern das Wiener Tränkgen zu 2 — 4 Loth, allein oder auch mit einem Salz vermnegt, sehr dienen. Manchen können eine oder mehrere Unzen Laxiersalz, wenn sie gleich im Anfang der Cur auf eine nicht gehörige Art genommen werden, den Magen bald empfindlich machen und schwächen, daß solche die ganze Curzeit hindurch, von wenigem Sauerbrunnen nicht geringe Beschwernisse empfinden, hingegen gelinde nach und nach wirkende Laxative sind von desto grös-

serm Nuzen; da es ohne eine genugsame Ausführung der Unreinigkeiten aus dem Körper, nie rathsam ist, die Brunnencur anzufangen.

Ein sonst gewöhnliches Laxativ während der Sauerbrunnencur zu nehmen, kann ebender unterlassen werden. Es wenden wohl einige ein, daß die in den Sauerbrunnen in einer Säure eingewickelte Erde sich in den Gedärmen anseze und allerhand Schaden verursache.

Allein, wenn während dem Sauerbrunnentrinken alle Excretionen, besonders auch der Stuhlgang beständig in richtiger Ordnung erhalten wird, so findet ein solcher Einwurf nicht statt; und wenn es auch einem, welcher den Sauerbrunnen trinkt, an der richtigen Oeffnung fehlen sollte, so wird diesen eine eigentliche purgirende Arzuei mehr verstopfen, als die Oeffnung befördern. Bei solchen ist allemal die Ursache der Verstopfung genau zu untersuchen, ob nicht der Schweis etwa zu viel ist befördert worden durch allzustarke Bewegung, die alsdann zu vermindern ist, oder ob kein Fehler in der Diät vorgegangen ist, etwa durch zu viele hizige Getränke, durch zu viele gewürzhafte Speisen; oder ob eine besondere Trägheit von angewöhnten Ursachen an solcher Verstopfung Schuld ist.

So können bei der mangelnden Absonderung und richtigen Würkung der Galle während der Sauerbrunnencur täglich einige Gran pulverisirte Rhabarber mit einem Laxirsalz versezt, oder Rhabarbertinctur einige Zeit vor Schlafengehen genommen, mehr nuzen als alle Laxative; so ist die Verstopfung in den Drüsen der Gedärme ohne Fieber, blos durch ein Digestiv-Salz, als einem Tartaro tartarisato, einem Tartaro vitriolato mit wenig Speise vermischt, gleich gehoben.

Bei sehr empfindlichen und reizbaren Personen kann von dem Gebrauch der Sauerbrunnen öfters eine Verstopfung entstehen, die eine bloße Aderlässe wegnimmt. So können bei unordentlichen Trieben der Goldader, wo öfters krampfhafte Anfälle neben der Verstopfung sich zugleich einstellen, bloße Clystiere und Krampflindernde Mittel alles ausrichten, das die purgirende und laxirende Mittel kaum die Polychrestpillen zu thun im Stande sind. Bei andern kann der Sauerbrunnen an der Verstopfung Schuld seyn, welche durch das Aufhören des Trinkens gleich gehoben ist. Wie nöthig ist es also, alle Ursachen genau zu untersuchen, und nach Gestalt und Beschaffenheit derselben erst die hierzu dienlichen Mittel zu bestimmen!

Was das Laxiren am Ende der Cur anbelangt, so kann dieses alsdann erst seinen vorzüglichen Nutzen äußern, wenn der Magen und die Gedärme mit vielen Magenpulvern angefüllt sind; oder wenn von unvorsichtigem Gebrauch der Milch bei dem Sauerbrunnen, zu viele käsichte Theile im Magen und Gedärmen liegen geblieben; oder wenn einer seinem Appetit nach, zu viele und oft nicht schickliche Speisen und Getränke zu sich genommen: auch wenn nach Beschaffenheit eines Sauerbrunnen, von selbigem zu viele erdigte Theile in den Gängen und Falten der Gedärme sich angesezt haben. Werden aber die Sauerbrunnen gehörigermaßen gebraucht, so entstehen nicht leicht solche Unordnungen; und geschehen sie, so erfordern sie allemal ein besonder vorgeschriebenes Laxativ.

Es ist also das Laxiren am Ende der Sauerbrunnen-Cur nicht jedesmal nöthig, besonders wenn durch den rechten Gebrauch solcher Sauerbrunnen alle Absonderungs- und Ausstossungswege ihren freien Fortgang haben, auch alles schädliche, widernatürliche sogleich fortschaffen, und keinen Fehler aufkommen lassen, weder in den festen noch flüssigen Theilen.

Wie alle Arzneien einem gesunden Körper schaden, so schädlich sind auch alle unrecht ange-

wandte

wandte Laxative. Hat das Wasser durch den Schweis, Urin, Stuhlgang oder andern Auswurf seine Würkung gethan, und sind sonst keine Anzeigen vorhanden, daß etwas von unnützen Säften zurückgeblieben, sondern bei allen ein leichter Fortgang sich zeiget, so sind weitere Ausführungsmittel allemal unnöthig und unnützlich, ja oft schädlich, weil dadurch die guten Säfte ausgeführet, und die nöthige Stärke nur mehr geschwächt wird. Im Fall aber solche nöthig sind, so muß für die jedesmaligen Umstände ein dienliches Laxativ, aber nicht in einer zu starken Dosi, genommen werden.

Bei einer solchen vorangegangenen Zubereitung des Körpers kann also gleich am 2ten Tage nach der Aderlässe und dem vorangegangenen Laxiren, der Anfang mit dem Sauerbrunnen-Trinken gemacht werden. Diejenigen, welche einen starken Magen haben, und wohl verdauen können, dürfen den Sauerbrunnen so kalt, als ihn die Quelle giebt, trinken, aber langsam und nicht schnell. Weil aber wenige solches kalte Wasser gern trinken und viele auch nicht verdauen können, so ist es allemal besser, den Sauerbrunnen, welcher entweder an einem kühlen Ort zum Gebrauch aufbehalten gewesen, oder von der Quelle erst geholt worden, den Abend zuvor in ein temperirtes Zimmer zu sezen, und ihm so die

Kälte

Kälte zu nehmen, daß er doch noch lieblich zum Trinken ist.

Damit aber Empfindliche, die einen schwachen Magen haben, die nicht wohl viel kaltes Trinken vertragen, besonders dem Frauenzimmer das frühe Sauerbrunnen-Trinken angemessener und angenehmer ist, so kann solcher kalter Sauerbrunnen zuvor erwärmet werden, und zu dem Ende eine mit Pantoffelholz wohl verwahrte, doch nicht völlig bouchirte Bouteille, in eine mit mittelmässig warmen Wasser gefüllte Schüssel bis auf die Hälfte nur kurze Zeit gesezt werden, um das Wasser matt zu machen. So bald Blasen von der Wärme aufsteigen, so ist der Sauerbrunnen zum Trinken schon geschickt, aber nur die 2—3 ersten Gläser, die am mehresten Luft, oder die meisten geistigen Theile enthalten; der übrige Sauerbrunnen aber muß als ein unschmackhaftes Wasser weggethan werden. In der Hand oder auf dem Feuer bei einem offnen Glase den Brunnen zu erwärmen, würde ihm viel von seinen Kräften nehmen.

Bei sehr reizbaren und empfindlichen Personen, und wo mit dem Sauerbrunnen-Trinken zugleich nahrhafte Mittel (als in Brustzuständen) zu verbinden nöthig sind, da ist die Vermischung der Milch mit dem Sauerbrunnen

be=

besonders nüzlich: da die Milch unter andern die troknen Fasern schlüpfrig macht, die Schärfe einwickelt; da sie mit dem Selterbrunnen, als einem laugenhaften Wasser, noch dünner, flüssiger und geschikter gemacht wird, daß sie leichter in die kleinsten Gefässe hinein dringen, und durch die ganze Masse des Blutes leichter circuliren kann.

Wer sonst die Milch wohl verträgt, dem schadet sie bei Bädern und alcalischen auch stärkenkenden Wassern nicht, doch ist alles dieses Nuzzens ohngeachtet die Vermischung der Milch mit dem Brunnen nicht allen anzurathen, ohne auf die Umstände eines jeden besonders zu sehen.

Vor dem Gebrauch der Milchcur mit dem Sauerbrunnen ist aber zuvor der Darmcanal wohl zu reinigen, durch ein gelindes Laxativ, auch alle diejenige Diät und Lebensordnung mit Behutsamkeit und Vorsicht zu beobachten, die auch sonst bei jeder Sauerbrunnencur vorkommt. Ist der Darmcanal gereinigt, so geht die Milch leichter ins Blut und nährt bälder: gerinnet sie aber mit andern Speisen, so beschwert sie den Magen, verursacht Blähungen; und der wolkigte Theil löset die Säfte auf, wo sie alsdann bei der Brunnencur wegzulassen.

Die

Die Vermischung der Milch mit Sauerbrunnen ist verschieden, je nachdem es nöthig ist, für empfindliche Personen den Brunnen mit warmer Milch angenehmer, lieblicher zu machen, oder wo bei andern die Säfte mehr zu verdünnen, zu versüssen, die unreinen mehr abzuführen sind, oder wo solcher mit Milch vermengte Sauerbrunnen zur Linderung und zur Ernährung von andern gebraucht wird; man kann daher die Hälfte Wasser, und die Hälfte Milch, bisweilen drei Theile Wasser und einen Theil Milch zusammen vermischt trinken; man kann die Milch entweder warm mit dem Brunnen vermengen, oder sie kalt gemischt in ein Geschirr mit heisem Wasser setzen und so erwärmen. Erwachsene können des Morgens gegen 3 bis 4 Schoppen, und des Nachmittags ein bis anderthalb Schoppen von solchem mit Milch gewärmten Sauerbrunnen trinken.

Ist nun bei einem Brunnengast bestimmt, ob er das Selterwasser oder einen andern Sauerbrunnen seinen Umständen gemäs, allein oder mit Milch trinken soll: so kann alsbald der Anfang mit dem Trinken gemacht werden; doch müssen einem solchen nicht nur das gehörige Maas, sondern auch andere Verhaltungsregeln wohl bekannt seyn, die bei einer Brunnencur allemal genau zu beobachten sind, wenn sich eine gesegnete Würkung zeigen soll. Es sei mir vergönnt,

gönnt, diese Verhaltungsregeln jetzt etwas genauer zu betrachten und durchzugehen.

Es rathen verschiedene besonders alte Aerzte an, das erstemal innerhalb einer halben Stunde nur einen halben Sauerbrunnenkrug, die folgenden Tage aber in drei Viertelstunden oder in einer Stunde einen ganzen Krug; wozu sie während dem Trinken etwas von Pomeranzen oder Zitronenschaalen, oder auch von überzuckertem Saamen, als Anis, zur Stärkung des Magens zu nehmen, vorschlagen. Des Nachmittags aber etwa um 5 Uhr oder vor Schlafengehen lassen sie abermal ein bis etliche Gläser Sauerbrunnen trinken. Nach 8 bis 10 Tagen, wo der Sauerbrunnen einen Tag auszusetzen ist, besonders, wenn der eine Sauerbrunnen nicht durch den Stuhlgang würket, verordnen sie wiederum ein Laxativ. Am folgenden Tage lassen sie die Brunnencur fortsetzen, bis es 10 Tage sind, wo wiederum das Laxativ nach ihrem Anrathen zu nehmen, und mit selbigem die Brunnencur zu beschliessen ist, oder denselben noch einmal anzufangen, nach 16 Tagen aber mit einem abermaligen Laxativ zu endigen.

Die mannigfaltigen Temperamente, die besondere Einrichtung des Körpers, die Verschiedenheit der Krankheiten, der Zufälle, des Geschlechts,

schlechts, der gewohnten Lebensart, erfordern jedesmal, jeden Umständen angemessene Regeln, insonderheit bei solchen, die einen Sauerbrunnen Curweise trinken, da der eine nach seinem Magen mehr ertragen kann, als der andere, auch einer vor dem andern empfindlichere und reizbarere Fibern hat: so kann man nicht wohl alle diejenigen, die das Selterwasser oder sonst einen Sauerbrunnen Curweise trinken, an eine gewisse Anzahl Gläser binden; man kann nicht allen eine gleiche Menge Wasser auf die nemliche Art zu gebrauchen anrathen, sondern es ist allemal vortheilhafter, die Vorschrift nach eines jeden besondern Umständen einzurichten. Doch giebt es auch einige allgemeine Vorschriften.

Es ist allemal sehr gut und nöthig, einem jeden das langsame Trinken aus einem Glas von mittelmässiger Größe anzurathen; das ohne Zwang und Widerwillen, (denn sonst würde das Frauenzimmer selten viel Sauerbrunnen trinken, da zu Zeiten einige von ihnen kaum ein einiges Glas Sauerbrunnen ohne Ekel trinken;) leicht auf einmal von einem jeden kann ausgeleeret werden, wo 10—12 solche Gläser auf ein Maas gehen.

Grössere sind beschwerlicher und mit üblern Folgen auf einmal auszuleeren, indem solche

Menge

Menge Wasser den Magen zu viel beschwert, und in der Hand zu lang gehalten, das Wasser von seinem flüchtigen, subtilen Wesen zu viel verliert.

So müssen die ersten kalten Schlüke nicht zu schnell in den Magen kommen, sondern zuvörderst in dem Munde erwärmet werden; so ist auch das Wasser nicht zu schnell auf einander hinein zu trinken, sondern wohl Zeit darzu zu nehmen, daß nach jedem Trunk in einer halben bis ganzen Viertelstunde, oft bei schwächlichen erst in einer halben Stunde, das 2te Glas ausgeleeret wird, und das 3te alsdann wann das erste durch den Urin wiederum abgehet, und dazwischen allemal eine sanfte Leibesbewegung gemacht worden.

Solche, die viele, oft große Gläser ganz kalten Sauerbrunnen schnell hinter einander austrinken, ja oft schnell ausstürzen, um desto geschwinder mit solchen Strömen von Wasser fertig zu werden, solche überladen ihren Magen und überschwemmen ihn wie mit einem Wolkenbruch. Sie müssen deswegen manche beschwerlichen Umstände, als Blähungen, Magendrückungen, u. d. g. ausstehen, die nicht sogleich durch die vermeintlichen Magenstärkenden überzukerten Mittel schnell wiederum gehoben werden; es überlegen solche

nicht, daß öftere und sanft auffallende Tropfen, viel leichter einen Stein aushöhlen, als überhinrauschende oder gar fortreissende Regengüsse. Diejenigen hingegen, welche den Sauerbrunnen langsam und vorsichtig trinken, dieselben dürfen und können gleich den ersten Tag bei einer gelinden Bewegung des Körpers von dem Sauerbrunnen so viel trinken, als sie Appetit und Lust dazu haben.

Ein jeder kann in diesem Fall am besten sein eigener Arzt seyn, wenn nur gleich im Anfang genau beobachtet wird, ob bei einer anfangs beliebig angenommenen Anzahl von Sauerbrunnengläsern, alle Excretionswege, als Urin, Stuhlgang, Schweis, ihren richtigen Fortgang haben, oder ob derselbigen Anzahl zu vermehren oder zu vermindern ist. Wenn der Anfang des Morgens nüchtern mit einem halben oder ganzen Schoppen gemacht, und so einige Tage fortgesezt worden, so wird nun jeder bald empfinden, ob der Magen eine stärkere Dosin ertragen kann, oder ob in der angefangenen nur fortzusezen ist.

Die Anzahl der Sauerbrunnengläser wird am besten getrunken, wenn man sie nach dem Ertrag und Stärke des Magens, nach den daraus entstandenen Beschwernissen, auch nach der

Be-

Beschaffenheit des Wetters nach einer freien und ungehinderten Bewegung bestimmt; besonders auch nach dem, ob bei einer gewissen Anzahl Gläser ein freierer und immer leichterer Umlauf der Säfte verspüret wird, und alle Aussonderungswege mit einer vorzüglichen Hurtigkeit unter einem besondern Wachsthum der Kräfte fortgehen, und den Appetit zu mehrerem Sauerbrunnentrinken stärker reizen.

Alle diejenigen, bei welchen der Sauerbrunnen durch alle Gänge des Körpers leicht durchgehet, und aus denselben wieder abgeführet wird, können auch mehr Sauerbrunnengläser ertragen, ohne daß sie im Magen, im Kopf, oder irgend einem Theile einige Beschwerniß verspüren. Es empfinden solche vielmehr eine größere Erquikung, mehrere Lebhaftigkeit und Munterkeit von ihrem Sauerbrunnentrinken.

Bei schnellem und vielem Sauerbrunnentrinken gehet das Wasser, ohne das Geblüt recht durchzupassiren, schnell wiederum aus dem Leibe. Je langsamer und je mäßiger das Trinken aber geschiehet, desto besser ist es: denn das Wasser kann, wenn es langsam die vielen Gefäße und Adern durchgehet, leichter die zähen, die dicken, schleimigen Säfte auflösen, erweichen, verdünnen, die scharfen einwickeln und ausführen, wenn

insonderheit noch dabei eine sanfte Leibesbewegung verbunden ist.

Man kann anfangs etliche Tage 4—6 Gläser zur Digestion und Präparation gebrauchen, zu mehrerer Abführung aber des Curbrunnens 6—8 auch nach Gutbefinden mehrere Gläser trinken, bis zur Erhaltung der verlangten Würkung, da einer mehr als der andere vertragen kann; so muß allemal so viel Sauerbrunnen getrunken werden, daß eine Würkung durch den Schweis, Stuhlgang, oder Urin, auf welche der Sauerbrunnen am stärksten würkt, erfolgen kann.

Es haben auch solche nicht nöthig in der Menge der Sauerbrunnengläser, so zu steigen, bis sie in einiger Zeit, wie es ehemals ausgedrukt wurde, auf den höchsten gekommen. Diejenigen, welch enie keinen Brunnen getrunken, haben es vorzüglich nöthig mit wenigem Sauerbrunnentrinken anzufangen und allmälig aufzusteigen, damit der Magen und die ganze Natur an dieses ungewohnte Frühstück allmälig gewöhnt wird; diejenigen aber die schon viele Jahre nach einander an solche Curen gewöhnt sind, dürfen nicht so genau aufsteigend die Brunnencur anfangen, denn ihrem Magen ist ein solches Frühstück nichts neues.

Sie

Sie dürfen auch nicht völlig in derjenigen Ordnung die Anzahl der Gläser vermindern, nach welcher sie hinaufgestiegen. Wenn besonders mehrere Wochen hindurch des Morgens früh der Sauerbrunnen ist getrunken worden, so gewöhnt man sich dieses Frühstück bald so an, daß es einem beschwerlich wird, es ganz einzustellen; bei der sehr wohl hergestellten Stärke der natürlichen Absonderungs = und Aussonderungswege, als des mehreren Schwizens und Urinirens, entstehet ein grösserer Durst, ein stärker Verlangen zum Trinken, zu mehrerer Anfeuchtung; wollte man alsdann gänzlich aufhören, so würde diese schnelle Veränderung sehr schaden. Die bis daher ziemlich angefeuchtete, jezt aber aus Mangel der Anfeuchtung ausgetrocknete Fiber würde viel leichter von den andern dicken Säften gereizt, der freie Fortgang der Excretionen würde auch leichter gehemmt.

Es ist also allemal vortheilhafter und vernünftiger, nach der Sauerbrunnencur nach und nach das Morgentrinken sich abzugewöhnen, und nur so oft zu trinken, als einer des Morgens Durst hat, und sich damit erquiken will.

Die von so verschiedener Art und Langwierigkeit vorkommenden Krankheiten, die sich sonst auf keine bestimmte Zeit völlig heben lassen, können

auch durch Sauerbrunnen, wenn desselben Gebrauch auf eine gewisse Zeit eingeschränkt wird, nicht gänzlich gehoben werden, wenn man sich besonders nach der übel eingeführten Gewohnheit richten will, den Sauerbrunnen nur 4—6 Wochen zu trinken, ohne auf seine Würkung und die Art der Krankheit zu sehen. Es verdienen allemal diejenigen ein Mitleiden, die von solchen Vorurtheilen eingenommen, dem Sauerbrunnen Schuld geben, wenn in den 4 Wochen während dem Sauerbrunnentrinken die Krankheit sich nicht verlieren will, da die Krankheit zuverläßig bei längerm Gebrauch des Sauerbrunnens etwa bis in den zweiten oder in den dritten Monat völlig wäre gehoben worden.

Wer den Sauerbrunnen in demjenigen Maas eine Zeitlang gebraucht, nach welchem er weder allzusehr reizt noch beschwert, und dem Appetit, wie auch dem Ertrag des Magens völlig angemessen ist, derjenige kann leicht von Tag zu Tage, nach dem Wink der Natur, die bisherige Dosin öfterer oder seltener vermehren oder vermindern.

Durch ein solches öfteres Auswaschen, durch das mehrere Erweichen der Fibern, oder nach Beschaffenheit des Sauerbrunnens, durch das mehrere Stärken wird ein solcher bald, nicht nur einen

einen freien Fortgang und eine gänzliche Herstellung aller Secretions- und Excretionswege, sondern auch mehrere Lebhaftigkeit und Stärke seiner Leibes- und Seelenkräfte, freiern und ungehinderten Fortgang aller Säfte, stärkern Appetit zu Speis und Trank und sanftern, ruhigern und zugleich erquikendern Schlaf empfinden.

So lange aber einer diese heilsamen Würkungen der Sauerbrunnen (wohl bei einem mehr und eher als bei dem andern) nicht verspürt, so lange einer nicht, nach dem Ausspruch eines unsterblichen Börhaves, wiederum so hergestellet ist, daß er seine Arbeiten, seine Geschäfte ohngehindert mit einer anhaltenden Leichtigkeit und Vergnügen verrichten kann, sondern dieselbe noch mit Beschwerniß, mit Ermüdung und Schmerzen versehen muß, derselbe hat allemal nöthig, den Sauerbrunnen noch einige Zeit fortzusezen, in der ihm am angenehmsten vorkommenden und seinem Magen erträglichen Quantität, ohne auf die Zeit von 4 oder 6 Wochen zu sehen.

Hat der Sauerbrunnen gleich in den 3 ersten Wochen seine erwünschte Würkung gezeigt, so ist das fernere Sauerbrunnentrinken nicht mehr nöthig, wo die Zeit und Unkosten zum Trost eines solchen Kranken können erspart werden.

Je tiefer die Krankheit eingewurzelt ist, desto länger ist das Sauerbrunnentrinken fortzusezen. In verderbten eingewurzelten angewöhnten Krankheiten, sind öfters nicht Monate hinreichend, sondern ein ganzer Sommer, ja öfters mehrere, die dazu erfordert werden, so, daß wenn ein Sauerbrunnen nicht hinreichend ist, zur völligen Hebung der Krankheit, daß man den 2ten, öfters den 3ten im 3ten Sommer gebrauchen muß, wo alsdann erst eine völlige Genesung sich zeigt, die aber nicht allein dem lezten Sauerbrunnen, sondern den erstern auch zuzuschreiben ist, da der erste Brunnen mehr hat können resolviren, eröffnen, erweichen, auswaschen, der andere einen gleichern Umlauf der Säfte, der Excretionswege verschaffen, und endlich der 3te mehr zur Stärkung dienen.

Um die Natur nicht zu sehr an das Sauerbrunnentrinken zu gewöhnen, wenn besonders eine eingewurzelte Krankheit nicht gänzlich durch den Brunnen mehr zu heben ist, so kann man auch ein oder mehrere Jahre wieder aussezen, und alsdann erst wiederum den Sauerbrunnen curweise trinken. Diejenigen, welche als ein Präservativ, zu Verhütung einer zukünftigen Krankheit den Sauerbrunnen trinken, können auch aus dem bisherigen schon ihre Maasregeln in Ansehung des Maases und der Länge der Zeit abnehmen.

Der

Der Nuzen der Sauerbrunnen zeigt sich auf eine doppelte Art. Einige können solche mit nicht geringem Nuzen zu Verhütung eines zukünftigen gefährlichen Anfalls zu Präservationscur gebrauchen, andere hingegen zu gänzlicher Hebung einer würklich gegenwärtigen Krankheit.

Von denenjenigen, welche den Sauerbrunnen als ein Präservativ gebrauchen, giebt es wiederum

1.) einige, die ganz gesund sind, die wenigstens wohl aussehen, und deswegen den Sauerbrunnen entweder zu Haus, oder an der Quelle trinken, um sich eine Luftveränderung zu machen, und die bisherige Lebensart auf einige Zeit zu ändern, und um sich von allen Geschäften und Sorgen loszumachen, damit sie, wenn das Blut, und alle Secretionen und Excretionen wohl ausgewaschen sind, von neuem eine anhaltende, dauerhafte Gesundheit genießen können.

2.) Ausser diesen gebrauchen auch andere den Sauerbrunnen als ein Präservativ, die eigentlich keine würkliche Krankheit an sich haben, die aber eine gewisse Schwächlichkeit, eine wankende Gesundheit verspühren, bei welchen der Sauerbrunnen die anfangende allgemeinen Ursachen zu einer Krankheit in ihrem ersten Aufkeimen gleich erstik-

ersticken kann; als da sind das gestige Aufwallen des Geblüts, welches solche Brunnenwasser vorzüglich durch die freie Wiederherstellung aller Excretionen temperiret; so die Dickblütigkeit der Säfte, welche sie verdünnet; so die Schärfe, welche sie einwickelt, und aus dem menschlichen Körper ausführet.

Alle diese, welche den Sauerbrunnen als ein Präservativ trinken, haben die von manchen sehr empfohlene Magenarzneien und windtreibenden Mittel nicht so nöthig, indem solche ihnen meistens mehr schaden als nuzen, da sie den gesunden Magen zu sehr reizen, und den Appetit so stark erwecken, daß solche alsdann sehr leicht einen Fehler in der Diät begehen können.

Da diese Magenarzneien meistens hizig sind, so dämpfen solche auch die Wallung nicht, noch weniger helfen sie die dicken Säfte verdünnen, und die scharfen, gesalzenen ausführen. Auch alle diejenigen werden ihren Endzweck nicht völlig erreichen, welche die magen = und windtreibenden Arzneien, wegen den darinnen enthaltenen erhizenden Theilen gebrauchen, damit der Magen von dem Sauerbrunnen nicht zu sehr verkältet, und die Fibern geschwächt werden.

Damit die mancherlei Beschwernisse, die Blähungen abgewendet würden, die im Magen und Gedärmen von den sich leicht ausdehnenden Theilen des kalten Wassers entstehen, die meistens auch von dem zu schnellen und vielen Hineinschütten des kalten Wassers, auch von dem schnellen und heftigen Laufen ihren Ursprung haben, wo der Magen verkältet, angefüllet und zu sehr ausgedehnet wird, wo das Blut und die Säfte erhizet werden, und durch das erzwungene starke Schwizen die andern Excretionen, als Urin und Stuhlgang unterdrückt werden; will man durch solche Mittel bald dem Magen zu Hülfe kommen, bald den Urin, bald den Stuhlgang zu viel antreiben, so wird der Sauerbrunnen seine gute Würkung nicht so leicht mehr äußern können.

Die mineralischen Wasser enthalten schon vor sich solche Bestandtheile, die der Magen wohl ertragen kann, und welche an den übrigen heilsamen Würkungen des Sauerbrunnens nichts hindern, wenn er temperirt, auflößt, eröffnet, alles in das gehörige Gleichgewicht sezt, und die Schlappigkeit des Magens genugsam verhütet.

Die während der Sauerbrunnencur meist vorkommenden Blähungen und Beschwernisse im Magen

Magen haben gemeiniglich darinnen ihren Grund, wenn der Magen mit zu vielem und zu schnellem Trinken ohne Absezen überladen, ausgedehnt und verkältet wird, auch mehr einnehmen mus, als er seinen Kräften nach wieder ausstosen, und zu andern Aussonderungswegen hinleiten kann; wenn die Menge des Sauerbrunnen nicht nach dem Ertrag, noch den Kräften des Magens abgemessen, und zugleich bei dem Appetit zum Essen nicht die gehörige Auswahl und Maas beobachtet wird; auch wenn diese nöthige Bewegung des Körpers entweder gar versäumet, oder durch Verkältung durch gewaltsame heftige Bewegungen die Absonderung und Aussonderung des schädlichen und unnüzen, als des Urins, des Schweißes zu viel gereizt wird.

Die völlige Wegräumung solcher Unordnungen wird auch nicht durch gewöhnliche Magenarzneien zu Stande gebracht, sondern mehr durch eine weise und wohl überlegte Verordnung eines klugen und erfahrnen Arztes, welcher auch, wenn dem Magen noch besonders durch eine Stärkung zu Hülfe zu kommen nöthig ist, die dienlichsten Arzneimittel einem jeden nach seinen besondern Umständen, am besten verordnen kann.

Auch die Bestandtheile und die Auswahl der vermeintlichen Magenarzneien und wind-

ver-

vertreibenden Mittel, geben uns eine fernere Bestätigung an die Hand, von ihrem schädlichen Gebrauch in der Sauerbrunnencur. Es sind dieselben entweder Gewürze, die bei dem Apotheker oder Zuckerbecker mit Zucker überzogen oder sonsten zubereitet zu haben sind, als Calmus, Anis, Pomeranzenschalen, Ingber, die in Indien eingemachte Muscatennuß, die Magentrisineten, die Lebensbalsame, die flüchtigen mit Gewürzen versezten Salze, die Lebkuchen, Pfeffernüßlein und dergleichen, oder Mageneli-xir, bittere Essenzen, oder eisenhaltige Mittel.

Die hier meistens schädliche Würkung dieser gewürzhaften Sachen ist blos von den wesentlichen, feurigen sehr durchdringenden, flüchtigen ölichten Theilen herzuleiten; hingegen bei den bittern Magenarzneien vorzüglich von den resinosen Bestandtheilen, die auch ihrer Natur nach sehr hizig sind. Beide Arten von Mitteln füllen nach ihren Bestandtheilen in kurzer Zeit, und wenn sie noch über das in Menge genommen werden, die Blutadern, das Herz, das Hirn, mit vielen flüchtigen, feurigen und sehr reizbaren Theilen an, so daß der Umlauf der Säfte und des Blutes des Nervensafts, viel heftiger und schneller ist, und ganz gegenseitige Würkungen äußert, vorzüglich zu einer Zeit, wo

doch

doch die Hauptsache ist, durch das Sauerbrunnentrinken alles im menschlichen Körper mehr zu temperiren, zu verdünnen, auszuführen oder gleichsam auszuwaschen.

Es haben gemeiniglich diese Mittel zu dieser Zeit gebraucht, ganz contraire Würkungen, da sie die Wallungen im Geblüte vermehren, wenn die Dickblütigkeit noch nicht gänzlich gehoben, die Eingeweide nicht völlig durch den Brunnen ausgewaschen sind, sie hindern meistens den Umlauf der Säfte in denselben.

Ist noch über das die Schärfe im Körper nicht genugsam durch den Sauerbrunnen ausgeführt, so giebt der Gebrauch dieser Magenarzneien Anlaß zu einem noch stärkern Reiz auf die musculösen Fibern, wodurch bei einigen Krämpfungen, Stockungen des Geblüts, Entzündungen, tief einwurzelnde Verstopfungen, Verhärtungen entstehen, neben dem, daß manche Excretionen, als Stuhlgang, Schweis, Urin, in keiner richtigen Ordnung gehen.

Unter den gelindern bittern Magenarzneien und windvertreibenden Mitteln, welche mit dem Beinamen Visceral, oder für die Lebenstheile besonders dienliche Arzneien belegt werden, gibt es etliche, die während der Sauerbrunnencur einigen dienlich sind, wenn sie mit

andern

andern eröffnenden resolvirenden Mitteln gemildert werden.

Sehr widersprechend ist es öfters die Eisenarzneien, welche Eisentheile enthalten, mit dem Sauerbrunnentrinken zu verbinden, da es fast allenthalben solche eisenhaltige Sauerbrunnen, sowohl schwache als starke, zum Auswählen für eines jeden eigene Anfälle giebt, da noch über das solche Eisentheile besser aufgelößt, und mit dem mineralischen Wasser verbunden sind, als wohl kein Scheidekünstler im Stande ist, sie so geschickt zubereitet darstellen zu können.

Solche Eisenarzneien gleich von Anfang und die ganze Sauerbrunnencur hindurch gebraucht, haben meistens eine ganz entgegen gesezte Würkung, indem sie die Fibern zu viel anspannen und stärken, wenn die kleine Gefässe der Eingeweide noch nicht völlig ausgewaschen sind, wenn die Dickblütigkeit nicht genugsam verbessert und die Fibern noch zu reizbar sind.

Wenden wir uns nun zu denjenigen Sauerbrunnengästen die als würklich Kranke zur Sauerbrunnenquelle oder zu Hause ein mineralisches Wasser curweise trinken, um eine gegenwärtige Krankheit zu heben, so treffen wir bey solchen deu Gebrauch in Ansehung der Magenarzneien, in einer ganz andern Verhältnis an. Bei einigen Krvnken zeigt der Sauerbrunnen nach

nach seinen Bestandtheilen eine der Beurtheilung des Arztes vollkommen angemessene Würkung. Sind aber die Umstände, wegen der Mannigfaltigkeit der Krankheit so unterschieden, so sind alsdann noch manche Arzneien neben dem Trinken des Brunnens zugleich zu gebrauchen, welche die Kräfte des Sauerbrunnens vermehren helfen.

Ein kluger Arzt hat deswegen hier vorzüglich bei so verschiedenen Kranken auf die mancherlei Würkungen des Sauerbrunnens immerdar zu sehen, wenn er gleich Anfangs den Brunnen mit demjenigen Maas trinken läßt, in welchem er dem Kranken keine Beschwerniß verursacht. Er hat insonders nöthig, derjenigen Excretion, durch wohl ausgesuchte verdünnende gelind resolvirende und ausführende Arzneien, einen freiern Fortgang zu verschaffen, welche der Sauerbrunnen eigentlich stärker befördert. Ist endlich durch einen anhaltenden Gebrauch des Sauerbrunnens die Ursache der Krankheit völlig gehoben, und zwar so, daß das Gleichgewicht zwischen den festen und flüssigen Theilen gänzlich wieder hergestellt ist, die Dickblütigkeit verdünnt, die Schärfe ausgeführt, der Umlauf der Säfte allenthalben frei, und ohngehindert fortgeht: so kann alsdann erst die verlohrne Kraft und Festigkeit der dichten Theile durch stärkende Mittel mit großem Nuzen gebraucht werden.

Hat

Hat das Sauerbrunnentrinken so viel genüzt, daß der Anfang zu einer völligen Genesung deutlich zu ersehen ist, wenn alle Absonderungs- und Aussonderungsgänge in das gehörige Gleichgewicht gesezt sind, die Kräfte sich wiederum zeigen: so können bei einem solchen Ende der Brunnencur die roborirende, die nervenstärkende, die sogenannte Visceralarzneien, auch bei einigen die Eisenarzneien von sehr großem Nuzen seyn, besonders solche, die nicht zu hizig sind, und welche nicht in zu starker Dosi, unter der besten Absicht, mit dem schädlichsten Erfolge gebraucht werden.

Es ist allemal nöthig, den geschwächten festen Theilen und den durch vieles Sauerbrunnentrinken geschwächten Gefässen, welche vor der Brunnencur verstopft, und voll gestrozt waren, nach der Cur aber völlig ausgeleert und ausgereinigt sind, die gehörige natürliche Stärke wiederum zu verschaffen; hiezu aber wird keine gewaltsame Anspannung, sondern nur in geringer Dosi ein nach und nach gelinde würkendes Stärkmittel erfordert.

So ist auch öfters nach der Brunnencur der Gebrauch der magenstärkenden Arzneien von sehr großem Nuzen, wenn einer während dem Sauerbrunnentrinken den Magen an weiche

Speisen gewöhnt hat, und nachgehends wiederum seine vorige Lebensart vornimmt, die in rauheren und stärker zu verdauenden Speisen besteht. Einem solchen Magen die verlohrne Stärke wieder zu verschaffen, auch in der gehörigen Stärke während der Brunnencur und nach derselben sie zu erhalten, ist meistens nur ein guter alter Wein, mit Maase bei dem Essen getrunken, hinreichend. Es kann derselbe allen andern Magenarzneien und windvertreibenden Mitteln mit Recht vorgezogen werden.

Das bisherige wird nun einen jeden genugsam belehren, wie nachtheilig, wie schädlich der unvorsichtige Gebrauch der vermeintlichen Magenarzneien und windvertreibenden Mitteln sey, wenn sie so wohl während als nach der Sauerbrunnencur, ohne Auswahl, und ohne gehörigen Unterschied von jedem Sauerbrunnengast gebraucht werden. Wie vortheilhaft aber, wie nüzlich und heilsam der Gebrauch solcher Mineralwasser hingegen ist, wenn dieselbe mit gehöriger Auswahl für einen jeden in der angemessensten Zeit und Fortdauer auch in dem schicklichsten Maase gebraucht und verordnet werden, kann man auch leicht aus dem Vorhergehenden sehen.

Der

Der Nuzen der Sauerbrunnen wird noch allgemeiner, größer und wichtiger, wenn auch nachfolgende sehr nöthige Gesundheitsregeln während dem Gebrauch der Sauerbrunnen, sowohl zu Hause, als bei der Quelle, oder in einem Bade beobachtet werden, da ohnehin zu der gesegneten Würkung einer Cur nichts nothwendiger ist, als eine recht fest gestellte Diät.

Der eine Zeitlang täglich früh Morgens nüchtern eingeführte Gebrauch des Sauerbrunnentrinkens, erregt gemeiniglich einen starken Appetit, eine starke Lust zum Essen.

Um die übeln Folgen von einem überladenen Magen, als Grimmen, Drucken ꝛc. zu verhüten, so müssen deswegen alle Sauerbrunnengäste ihre Sorgfalt anwenden, den Magen nie zu überladen, sondern im Essen so abzubrechen suchen, daß sie noch mit einigem Appetit vom Essen wieder aufstehen können.

Ist nach dem Abendtrinken des Brunnens der Appetit so gros, daß man das gewöhnliche auf eine gewisse Zeit festgesezte Mittagessen nicht erwarten kann, so schadet es denenjenigen nicht, die es gewohnt sind, wenn sie Coffee, Chocolade oder Thee, mit dem Sauerbrunnen abgekocht, nebst etwas Brod genießen: die aber ein solches Frühstück nicht gewohnt sind, solchen wird eine nicht

zu fette Bouillon mehr Nahrung geben, und mehr sättigen, als obige Getränke.

Bey dem Essen sind sorgfältig zu meiden, besonders bei denen, die es nicht gewohnt sind, alle hart zu verdauende Speisen, die zu viel gesalzene, die fette, die sehr blähende, auch saure, alle ungekochte Kräuter, alles harte nicht genug gekochte und geräucherte Fleisch, die schleimigte leicht faulende und zu fette Fische, auch die schwer verdaulichen Hülsenfrüchte, und gekochte Eyer-Käse, das viele Backwerk, alle die mit hizigen Gewürzen, als mit Ingwer, Pfeffer und dergleichen zugerichtete Speisen; ferner alle Eßwaaren, die ihren Bestandtheilen nach einander entgegen, als saure und süsse. So sind alle Schmausereien, alle Nachtische von so vielen widersprechenden, erkältenden, laxirenden, stärkenden Eßwaaren sorgfältig zu meiden.

Hingegen müssen solche Speisen zur Nahrung erwählt werden, welche einen guten Nahrungssaft enthalten, den Magen nicht beschweren, die wohl gekocht und leicht zu verdauen sind, die den Leib offen erhalten, und keine Excretion verstopfen, welche aber, ohngeachtet des starken Appetits, nicht zu gierig, nicht zu schnell, sondern langsam und wohl verkaut, mit gehöriger Mässigkeit zu geniessen sind.

Die

Die Salate, mit genugsamen Oel und Essig zubereitet, schaden weniger als die fett gespickten Braten, und aus vielen Mandeln zubereitete leicht verstopfende Speisen; so schadet der Nachtisch aus Anisbrod und dergleichen ähnlichen Confecten, auch aus reifem Obst nichts, wenn es nur mässig genossen wird, und man nicht gleich viel Wasser darauf trinkt. Kann man sich zum Nachtessen mit einer blosen leichten nahrhaften Suppe begnügen, oder mit einem leichten Nebenessen, so wird der Schlaf darauf desto ruhiger und sanfter seyn.

In Ansehung des Trinkens sind wie bei dem Essen alle Ausschweifungen, alle Uebermaas sorgfältigst zu meiden. Ein reiner guter alter unverfälschter Wein, der nicht sauer, wässericht oder sehr geschwefelt ist, höchstens ein Schoppen über Tisch, wird allemal für einen schwachen Magen die beste stärkende Arznei seyn, und ihn am besten erquicken.

Doch wer den Wein nicht allein ertragen kann, ihn nicht gewohnt, auch von Natur hizig und vollblütig ist, dem wird die Vermischung zu 2 Theil Wasser mit einem Theil Wein zum ordinairen Trank am angemessensten seyn, wie denenjenigen, die an ein wohl gekochtes Bier zum Tischtrunk gewöhnet sind.

Wer von Brunnengästen ein Glas guten Rhein = Burgunder = oder Franken = Wein bekommen, und nach seinen Vermögensumständen sich auch anschaffen kann, demselben wird ein solcher zum Nachtisch unschädlicher Wein nicht versagt; vorzüglich aber der Rheinwein, welcher besonders die nöthige Ausdünstung vermehret und den Appetit stärkt.

Denn den rothen Weinen wird öfters zu voreilig bei der Schwäche der Körper eine adstringirende oder stärkende Eigenschaft zugeschrieben; es schaden auch solche rothe Weine öfters mehr bei den Sauerbrunnentrinkern, als daß sie nüzen.

Ferner ist vor allen Dingen bei der Brunnencur ein ruhiges und gelassenes Gemüth zu empfehlen. Wie alle Gemüthsaffekten am geschwindesten und heftigsten die natürliche und ordentliche Bewegungen stöhren, und alles so in Unruhe sezen, daß davon sehr geschwind üble Folgen und Zufälle entstehen: so sind solche bei dem Gebrauch der mineralischen Wassercuren von viel schädlicherer Würkung, indem sie nicht nur an dem heilsamen Nuzen des Sauerbrunnens viel hindern, sondern zu neuen Krankheiten Gelegenheit geben können.

Denn

Denn da alle Handlungen ja das Leben selbst von der Seele, von dem Einfluß des spirituellen Wesens abhänget: so ist leicht zu ersehen, daß wenn diese erquickt und in einem ruhigen und vergnügten Stand erhalten werden, solches nicht wenig zu einer guten Würkung der Cur, und zur Wiedergenesung beitragen könne.

Alle Sorgen, Bekümmerniß, Mißvergnügen, Angst, Traurigkeit, auch Zorn, heftige Begierden, Schrecken, so geringe sie auch seyn mögen, sind so viel möglich zu vermeiden, hingegen das Gemüth auf alle nur mögliche Art zu erquicken, sich ein aufgeräumtes Gemüth zu verschaffen, damit nicht neben dem Leibe, auch die Seelenkräfte beunruhiget und verzehret werden.

Viele Hausgeschäfte, und schwere Verrichtungen, vieles Sizen und Nachdenken, vieles Schreiben und Lesen, (worunter auch Lesen in unterhaltenden christlichen erbaulichen Büchern nicht ausgeschlossen ist,) und vieles Angreiffen der Seelenkräfte ist auf solche Zeit ganz einzustellen.

Nicht weniger hat man nöthig, sich der Liebesbegierden dabei zu enthalten, und das Gemüth gegen die dazu reizende Gegenstände in eine vernünftige Richtung zu sezen. Alle fröhli-

che Gemüthsbewegungen müssen in der Ausschweifung gemäßigt werden.

Angenehme Gesellschaften, anständige Unterhaltungen und Ergözlichkeiten, können das Gemüth auch bei der Brunnencur im Gleichgewicht erhalten, und eine Gemüthsberuhigung hervorbringen. Der ungezwungene Umgang mit Personen, die in einer solchen Gesellschaft zu einerlei Absicht versammlet sind, die verschiedene Ermunterungen, das Entschlagen und Enthalten von ermüdenden verdrießlichen Geschäften sowohl des Gemüths als des Körpers, die während dem Genuß der heilsamen Bestandtheile eines Brunnens, leicht vor sich gehende Bewegung, eine der Cur und jeden besondern Umständen angemessene Diät.

Alle diese Stücke sind lauter Vortheile, welche die Würkung und den gesegneten Gebrauch der Brunnen nicht wenig befördern, es mag der Brunnen in einem schönen Garten an dem Orte, wo man wohnt, getrunken werden, oder an der Quelle, oder in einem Bad, wo man freilich bei lezterm auch von der fremden Gegend der Hinreise, noch weitern Vortheil sich versprechen kann.

Wie man bei der Brunnencur auf Speise und Trank, auf die Beschaffenheit des Gemüths wohl Acht zu geben hat, so große und genaue Beob-

ach-

achtung ist auch nöthig anzustellen, über die Beschaffenheit der Witterung: denn ist man so glücklich während der Brunnencur, eine gute zur Bewegung geschikte Witterung zu genießen: so kann man sich desto größere und bessere Würkung von der Brunnencur versprechen.

Die kalte, feuchte Luft, auch die Abendluft, ist allemal den Brunnen- und Badgästen sehr schädlich. Ist die Luft so beschaffen, so ist es allemal rathsamer, sich bei solcher zu Hause aufzuhalten, auch des Abends nach der Sonnen-Untergang die freie Luft zu meiden, und alle schnelle Luftveränderung, Erkältung durch solche, nach jedesmaliger Witterung eingerichtete Kleider zu verhüten, und sich für manchen übeln Folgen zu verwahren, als für Durchfällen, Bauchschmerzen, Heiserkeit und dergleichen.

Die freie Luft in den Gärten und auf dem Lande ist allemal viel reiner als in den Städten und bewohntern Oertern. Es ist daher den Brunnengästen am zuträglichsten und besten, den Brunnen nicht zu Hause, sondern auf dem Lande, oder an einem andern freien gesunden Ort in einem Garten zu trinken, wo die Veränderung der Luft, die mehrere Bewegung, die anmuthige und vergnügende Gegenstände, (wie wir oben schon vernommen haben,) sehr viel zu dem guten Fortgang der Cur beitragen.

An den schattigten Orten, wo man bei schönem Wetter nicht so leicht den heftig brennenden Sonnenstrahlen ausgesezt ist, kann man nach dem Trinken, damit das Wasser in das Geblüt gehet, und durch die natürliche Wege wieder ausgeworfen wird, wenigstens ein bis 2 Stunden lang einen mässigen Spaziergang, eine gelinde weder erhizende noch ermüdende Bewegung vornehmen, nicht aber wie bei denen, die zum Schwizen besonders geneigt sind, die sehr nachtheilige Gewohnheit eingerissen ist, ein Spazierenlauffen vorzunehmen, nach dem Trinken Berg und Thal in der Sonnenhize schnell zu durchsteigen, stark zu reiten, und das Gesundheitswasser, eh es noch recht würken kann, durch den Schweis aus dem Leibe zu jagen, und wo sie nach solchem starken Spaziergange die übrige Zeit meistens mit Sizen bis zum Mittagessen wegen großer Ermüdung zubringen müssen.

Durch solche starke Bewegung werden sie sehr erhizt und ermüdet, kommen sehr hungrig und durstig zu der Mittagsmahlzeit, überfüllen sich mit vielem Essen, so daß sie Nachmittags sich kaum des Schlafs enthalten können, und viele andre üble Folgen auszustehen haben. Es verschaffen solche Motionen keinen hurtigen Durchgang oder Fortgang des Sauerbrunnens, welcher sonsten doch gleich nach einer mässigen Bewegung,

wäh-

während oder doch gleich nach dem Trinken erfolgt.

Eine mässige Bewegung des Leibes befördert sehr den Umlauf des Blutes und aller Säfte im menschlichen Körper. Unter solchem schnellerm Umlauf des Blutes wird der Sauerbrunnen durch alle Adern und Gefässe schnell herum getrieben, das unnüze das schädliche wird von dem guten leichter abgesondert, und ausgeführt. Es kann also der Sauerbrunnen desto eher zur Würkung kommen, und sich deutlicher zeigen.

Auch nach dem Essen schadet nie eine kurze Bewegung, eine längere Abendpromenade aber, wenn von dem Sauerbrunnen Nachmittags um 4 oder 5 Uhr nach Durst einige Gläser, etwa 4—5 sind getrunken worden. Es wird diese Abendpromenade wie die vormittägige und für die übrige Stunden desto angenehmer und nüzlicher seyn, und leichter auch dem Gemüthe zu mehrerer Aufheiterung gereichen, wenn sie in einer angenehmen und unterhaltenden Gesellschaft, oder durch Lesen in nüzlichen Büchern zurückgelegt wird; und wenn man zugleich nach zurükgelegtem Spaziergange sich sorgfältig hütet, für aller Erkältung und schnellem Zurükschlagen des Schweises, welche den nassen Kleidern in kühler feuchter Luft des Abends und Morgens leicht

ent-

entstehen kann. Diejenigen, welche Alters halben, oder wegen verschiedener Leibesgebrechen zu schwach sind zum Gehen, dieselbe können auch nach Beschaffenheit ihrer Umstände, reiten, fahren, oder auch Morgens früh den Sauerbrunnen gleich im Bette trinken, in welchem leztern Fall der Brunnen alsdann ausgedämpft wird.

Bei kühlem Wetter ist das Reiten und Fahren dem Spazierengehen allemal vorzuziehen. Bei gar zu feuchter, regnichter und kalter Witterung aber ist es allemal dienlicher, den Sauerbrunnen zu Hause zu trinken, die nöthige Bewegung sogleich darauf durch vieles Hin- und Hergehen in den Zimmern des Hauses vorzunehmen, vornemlich wenn der Sauerbrunnen durch den Schweis würkt, und daneben gebadet wird.

Sehen wir neben der Witterung zugleich auf die Jahreszeit, so zeigt sich, daß den Sauerbrunnen zwar das ganze Jahr hindurch an den Kräften nichts abgeht: sie quellen meistens im Winter wie im Sommer, auf einerlei Art, und mit gleichen Bestandtheilen, auch in Flaschen und Krügen, wohl bouchiret, können sich im Keller, der Selter besonders, wohl aufbehalten werden. Es können daher solche gar wohl zu jeder Jahreszeit, auch im Winter, doch mit gehöriger Behutsamkeit und in kleinern Theilen gebraucht

wer-

werden, insonderheit, wenn die Unpäßlichkeit nicht so viel Aufschub gestattet, daß einer die bequemste Curzeit erwarten kann.

Die gewöhnliche Zeit den Sauerbrunnen zu trinken, sind die Sommermonate, und zwar von diesen der Junius, Julius, August. Im Nothfall kann auch im May, bei nicht zu kühlen Morgen, mit der Brunnencur der Anfang gemacht werden; die welche die Cur erst im August angefangen, können sie bis in den September fortsezen, indem ohnehin hizigen, gallichten Personen diese kühle Jahreszeit eher schiklich ist, da sie das Abkühlen besser leiden können, als melancholische und phlegmatische Personen, die eine mehrere Wärme bei der Cur nöthig haben.

Es sind diese Sommermonate die bequemsten und schiklichsten zum Trinken, da diese Jahreszeit vor andern zum Reisen, zum Spazierengehen am angenehmsten ist, da in derselben der Appetit zum kalten Wassertrinken wegen der Wärme auch größer ist, da die Witterung zu den in der Sauerbrunnencur so nöthigen Bewegungen am beständigsten, dauerhaftesten und wärmsten ist; da auch in dieser Jahreszeit alle nöthige Lebensmittel, alle nöthige und dienliche Gartengemüse, leicht frisch zu haben sind; da man ferner in den lieblichen Morgen-

stun-

stunden bei dem prächtigen hellglänzenden Hervorgang der Sonnen nach dem Abtrinken des Brunnen die so nöthigen Promenaden gleich frühe mit dem größten Vergnügen vornehmen kann.

Alle diese Vortheile sind niemals von dem kalten Winter mit seinen schauervollen, schwarzen, und langen Nächten zu erwarten. So angenehm, so heiter die Morgenstunden in den Sommermonaten sind, so ist doch nicht nöthig, den Anfang des Sauerbrunnentrinkens in die gar zu frühe, oft zu kühle und feuchte Tageszeit zu sezen, und sich der so nöthigen Transpiration und Ruhe zu entziehen. Wenn die Sonne den Erdboden schon wohl beschienen, und der Thau meist vergangen, als um 6 oder längstens 7 Uhr, so ist diese Zeit doch noch allemal hinreichend, den Brunnen gemächlich und langsam zu trinken, und darzwischen, und nach dem Abtrinken desselben, eine gehörige doch nicht heftige Bewegung etwa bis 9 Uhr vorzunehmen, ehe die Sonne zu weit hervorgekommen, und die Hitze zu sehr überhand genommen hat.

Außer den bereits angezeigten Maasregeln, kommen noch einige wenige vor, die bei der Brunnencur auch genau zu beobachten sind, worunter der Schlaf, die täglichen Excretionen begriffen sind. Wenn während der Sauerbrunnencur genugsame Bewegung gemacht worden, und man allen nö-

thi-

thigen Maasregeln während derselben genau nachgekommen, so schlafen die meisten von solchen Personen sehr ruhig und sanft.

So nöthig der Schlaf ist, nach solchen zurükgelegten Bewegungen bei der Brunnen- oder Badcur: so schädlich kann er auch seyn, wenn er von zu langer Dauer ist, und wenn man sich demselben zu unrechter Zeit überläßt. Wer des Nachts in Zeiten, gleich nach 10 Uhr, nach einer kleinen, auf das Nachtessen zurükgelegten Motion, sich zu Bette begibt, derselbe wird sehr leicht, wenn er 7 bis 8 Stunden ausgeruhet, in der heitern Morgenstunde, mit neuer Lebenskraft, mit neuer Munterkeit aufstehen, um sich in Zeiten zum Sauerbrunnentrinken zubereiten zu können.

Wie zu wenig Schlaf den Leib ermüdet, das Geblüt erhitzt, die Lebensgeister schwächt: so kann auch das lange Schlafen träge machen, leicht zu einem langsamen Umlauf und Stockung der Säfte Gelegenheit geben. Wer aber in der Brunnencur keinen ruhigen Schlaf hat, der muß alle Hindernisse gleich sorgfältigst wegräumen, und sich alsbald nach einem vom Arzt verordneten Schlaf-befördernden Mittel umsehen.

Alte Personen, die eine schwache Verdauung haben, die von dem Spazierengehen zu sehr ermüdet und entkräftet sind, oder einen Nachmittagschlaf sich angewöhnt haben, können wohl eine halbe, bis eine kleine Stunde, nach eingenommenem Mittagsmahl auf das Bette sich hinlegen, und so ausruhen; da hingegen andern der Nachmittagsschlaf desto mehr schadet, je mehr der Magen von vielem Sauerbrunnen und Essen angefüllt ist.

Doch bei dem Schlafen und Wachen hat ein jeder sich hier nach Gewohnheit zu richten, wenn solche der Natur und Gesundheit nicht entgegen ist. So kann der Nachmittagsschlaf bei denjenigen nicht wohl verhindert werden, welche er mit Gewalt überfällt, etwa nach starker Motion, wo sie ihn weder durch Spazierengehen, noch auf andere Weise vermeiden können, oder wenn sie nicht viel Nachtruhe genossen: nur müssen solche nicht mit aufgerichtetem Haupte auf dem Sessel oder Stuhl schlafen, oder mit zusammengedrücktem Magen gleich nach dem Essen das Angesicht auf den Tisch legen, sondern auf dem Bette eine halbe Stunde ausruhen, und sich alsdann genugsame Bewegung verschaffen.

Unter diejenigen Stücke, die während einer gesegneten Brunnencur zu beobachten nöthig sind,

gehören ferner auch dazu die Secretionen und Excretionen, oder das tägliche Absondern des Nützlichen und Ausstosen des Schädlichen, am meisten durch Stuhlgang, Urin, und Schweis.

Die mehrsten Sauerbrunnen halten den Leib offen, wenn sie nur ein wenig stark getrunken werden, da die Menge des Trinkens wohl so darf vergrößert werden, daß der Sauerbrunnen genugsam laxiren und ausspülen kann: wo aber der Brunnen nicht stark laxiret, sondern mehr den täglichen Stuhlgang verstopfet, auch nicht durch Urin genugsam abgeht, sondern ein Spannen im Unterleib, ein schmerzhaftes Drücken in den Lenden, oder andere schädliche Ungelegenheiten erzeugt, da müssen solche durch gelind eröffnende, durch keine zu stark purgirende Mittel gehoben werden.

Wo ein bis 2 Gläser Sauerbrunnen nicht die nöthige tägliche Oeffnung des Leibes erhalten, da kann sie leicht durch eine Dosin von einem im Sauerbrunnen aufgelößten laxirenden Salze, das vor Schlafengehen zu nehmen ist, befördert werden oder durch 8 bis 10 Stück balsamische Pillen, auch durch ein Clystier von Pappeln und etwas Butter, oder durch erweichende laxirende Speisen, die hier ebenfalls dienlich sind. Diese Mittel haben besonders diejenigen gleich zu

gebrauchen nöthig, bei welchen der sonst täglich gewöhnliche Stuhlgang schon einige Tage nicht mehr in der rechten Ordnung fortgehet, wenn gleich bey manchen mehrere Tage ohne einige Beschwerniß die tägliche Oeffnung aus Gewohnheit unterbleibt.

Eine nicht zu heftige, sondern mäßige Bewegung wird nicht nur die tägliche Oeffnung des Leibes, sondern auch den täglichen Abgang von Urin und Schweis genugsam erhalten, und den freyen Fortgang derselben befördern.

Wenn bey dem Frauenzimmer die monatliche Reinigung während der Cur nicht zu stark vorkommen sollte, so können solche ohne Schaden die Brunnencur fortsezen, wenn nur das Wasser nicht zu kalt getrunken wird: wo sie sich aber sehr stark einstellt, so ist es besser, das Sauerbrunnentrinken wie das Baden einige Tage auszusezen.

Da die mineralischen Wasser nach ihren so diversen Bestandtheilen, bei so sehr unterschiedenen Personen auf mancherlei Art würken, und nach den gehörigen Indicationen einen beträchtlichen Vortheil für die Gesundheit verschaffen: so ist der Gebrauch von andern Arzneien neben dem Brunnen öfters mehr schädlich als nüzlich.

Wo

Wo aber unvermuthete Zufälle während der Brunnencur vorkommen, als starkes Erbrechen, Durchfälle, Blutflüsse, Koliken, Wallungen im Geblüt, heftige Kopfschmerzen, Brustbeschwerungen, Anregung alter Schäden, beschwerlicher Abgang des Urins und getrunknen Sauerbrunnen, oder Beschwerlichkeit im Magen, im Schlafen, u. dgl. da sind in allen solchen Anfällen diejenigen Personen, die damit befallen werden, nicht nur verbunden, dem Arzt alles so gleich ausführlich zu entdecken, sondern auch die dafür dienlichen und nöthigen Arzneien mit aller Sorgfalt zu gebrauchen.

So haben auch die Brunnengäste noch eine ihnen sehr heilsame und nüzliche Regel vorzüglich zu beobachten nöthig, daß sie am Beschluß der Brunnencur das Trinken des Sauerbrunnens nicht zumal in starker Dosi abbrechen, sondern eine Zeitlang mit kleinen Portionen, auch neben den wieder vorgenommenen Geschäfften fortsezen, und so beschließen; ingleichen auch, daß sich keiner alsbald in allzuviele Geschäffte, und starke Leibes = oder Kopfarbeiten einlasse, auch alle widrige und unangenehme Gegenstände und Vorgänge so viel möglich meide: sonst kann die von der Brunnencur erwartete gute Würkung leicht fehl schlagen, wo nicht nur Zeit und

Kosten vergeblich angewendet sind, sondern die Gesundheit den größten Schaden leidet.

Da bei der bisherigen Anzeige eines richtigen Gebrauchs der Sauerbrunnen nicht allein genau angezeigt worden, was dabei zu beobachten, sondern auch alles, was verhütet werden müsse: so würde es also überflüssig seyn, eine weitläuftigere Nachricht zu geben von den Misbräuchen und Fehlern, die bei den Brunnencuren meistens vorfallen. Doch könnte einem der Gedanke aus den bisher angezeigten Maasregeln, die bei den Brunnencuren vorkommen, leicht entstehen, daß die Gesundwasser als eine Uuiversalarznei anzusehen seyen.

So thöricht dieser Gedanke von einer Universalarznei ist, so gebe ich gern zu, daß schon viele Krankheiten durch andere Mittel ohne eine Brunnencur völlig sind gehoben worden; übrigens ist aber auch den Sauerbrunnen, wie andern Arzneien, keine Schuld beizumessen, wenn sie nicht in einer Krankheit, welche etwa schon zu weit gekommen, oder noch andre Ursachen dabei verborgen sind, die erwartete gute Würkung zeigen können.

So groß und so wichtigscheinend diese Einwürfe seyn mögen, so behalten doch die Sauerbrun-

brunnen immer besondere Vorzüge vor andern Wassern. Nur wenn man ihre Bestandtheile und die nothwendig daraus folgenden Würkungen genau und mit einem von Vorurtheilen freien Nachdenken ansieht, so muß es zur Genesung solcher Kranken, deren Arten oben weitläuftig beschrieben sind, mehreren Einfluß haben, als irgend eine andere Arznei thun kann. Man darf auf diese Vortheile um so mehr gewisse Rechnung machen, wenn allen denen bis daher ausführlich angezeigten Maasregeln, die bey den Brunnencuren sorgfältigst zu beobachten nöthig sind, mit allem Fleiß nachgekommen wird.

Und so hoffe ich in diesen wenigen Blättern alles nöthige angezeigt zu haben, was für Maasregeln gehörig zu beobachten sind bei dem richtigen Gebrauch der Sauerbrunnen und den dabei öfters unrichtig vorkommenden verschiedenen schädlichen Vorurtheilen und Fehlern, wie diesen sorgfältig zu begegnen.

In allen diesen bisher angezeigten nöthig zu beobachtenden Maasregeln, beim rechten Gebrauch der Sauerbrunnen, nebst der nöthigen Verhütung der so mancherlei dabei vorkommenden schädlichen Fehler und Irrthümer, deren wir auch schon zum Theil gedacht, empfohlen, und gerügt, in unserer ehemaligen Abhandlung über

des Selterwassers physisch = medicinischen Untersuchung, nach seinen unterschiedenen vorzüglichen Bestandtheilen, Würkungen, und richtigem Gebrauch, in all diesem, sage ich, stimmet auch vorzüglich mit uns noch überein, nicht allein der berühmte Marcard, in seiner großen kostbaren Beschreibung von Pyrmont, deren er auch eine Lebens = Ordnung beim Gebrauch der Brunnencuren beigefügt, die um ihrer Wichtigkeit und Allgemeinnüzlichkeit willen, allemal verdient allgemeiner bekannt gemacht zu werden, und daher hier von uns als ein besonderer Anhang beigefügt worden, zu weiterer Bestätigung der von uns empfohlenen Maasregeln und gänzlichen Verhütung der so schädlichen Irrthümer und Fehler bei den Sauerbrunnencuren; sondern auch der ebenfalls berühmte J. W. Baumer, in seinem Programm zu des C. F. Wuth seiner Streitschrift, die 1779 zu Giessen erschienen ist, worinn derselbige auch vorzüglich der Irrthümer beim Gebrauch der Sauerbrunnencuren erwähnet, und nachfolgendes ausführlich bestimmt und vorschlägt.

Er stimmt besonders mit dem berühmten Frid. Hofmann darinn unter andern überein, daß die Sauerbrunnen wegen ihren vorzüglichen Bestandtheilen und Eigenschaften, zu Wegräumung und Heilung verschiedener, besonders langwieriger, Krankheiten, sonstige gewöhnliche Arzneien und

künstliche Mittel öfters weit übertreffen, da diese Sauerbrunnen die schädliche, zu manchen nachtheiligen Krankheiten Anlaß gebende, Materien und Grundstoffe aus einander sezen, verbessern, und durch allerhand Ausführungswege, ohne großen Verlust der Kräfte, ausstoßen, der kleinsten Gefässe ihre Verstopfungen auflösen, derselbigen Fibern stärken, daß auch solche Sauerbrunnen als die besten Präservativcuren dienen, bei rechter Maase und Diät; da sie hingegen auch die schädlichste, nachtheiligste Würkungen äußern, bei unauflöslichen Verhärtungen der Eingeweide, derselbigen Verlezungen, in besonders oft starker Maase, indem dergleichen so verschiedene Anfälle oft eine gelindere Curart erfordern, nach den so mancherlei Temperamenten und Gattungen von Menschen.

Da der so gütige Schöpfer in die Natur so unterschiedene Arten und Bestandtheile von Sauerbrunnen gelegt, so dienen und würken sie daher unterschieden: so die besonders salzigen, laxierende Brunnen das zähe, schleimigte in den Eingeweiden aufzulösen und auszustoßen; so die laugenhafte Theile enthaltende, die saure Schärfe der Säfte einzuwickeln, die natürliche Blut-Ausflüsse einzuleiten; so die eisenhaltige Theile enthaltende, die geschwächte Fibern zu stärken.

Er ist auch der Meinung, daß man nicht die Sauerbrunnen in zu starker Maase, auf einmal zu sich nehmen soll, besonders bei zu starker Himmelshitze, wo die Kräfte ohnehin sehr Noth leiden, und der Körper fast ganz im Schweise zerschmilzt; eben so wenig als auch bei zu kalt-feuchter Witterung, wo ohnehin die subtile Ausdünstung Noth leidet, und die zu viel getrunkene Sauerbrunnen auch die Ausführungswege nicht gehörig durchgehen; man solle lieber alsdann, so lange solche Witterung dauert, den Sauerbrunnen aussezen, wenigstens nicht so stark hineinschütten, bis sich die angemessenere Witterung darzu einstellt, nemlich im Anfang und am Ende des Sommers, wo die Ausdünstung frei und ungehindert geht, zu der Zeit, wo das Verhältniß der Wärme und Kälte der Witterung nicht zu sehr abweicht.

So soll man auf einige Täge das Sauerbrunnentrinken einstellen, wenn sonstige gewöhnliche widernatürliche Veränderungen vorgehen, als bei Frauensleuten die gewöhnliche monatliche Reinigung, oder sonst bei andern der Goldaderfluß.

Die sonst allemal von Aerzten aus Gewohnheit eingeführt gewesene Vorbereitung zur Sauerbrunnencur, als z. B. das Aderlassen, das Laxieren

xieren, ist nicht allemal nöthig, wenn nicht besondere Vollblütigkeit, oder Unreinigkeiten in den ersten Wegen da sind. Das Aderlassen ist bei Vollblütigen nöthig, auch nach Fried. Hofmann, damit nicht die Menge der zu trinkenden Wasser, einige Hindernisse in den Gefässen verschaffe, und die nicht gehörig ausgeführte Unreinigkeiten in den ersten Wegen schädliche Hindernisse verursachen an der guten Würkung solcher getrunkenen Sauerbrunnen; so wie ferner das Aderlassen bei schwächlichen, bei wenig Blut besitzenden ebenfalls nachtheilig ist, wie ein berühmter Sydenham nie bei schwächlichen, nie bei langwührigen Kranken Ader gelassen.

So gedenkt auch Baumer derjenigen ihrer Irthümer, die beim Sauerbrunnentrinken, am Mittagessen eine genaue Diät im Essen und Trinken beobachten und halten, Nachmittags aber desto mehr ihrem Gaumen-Kizel nachgehen, bei Trinkgesellschaften sich meist einstellen, nach einem besondern fälschlich vermeinten Recht, Erlaubniß und Vorurtheil, als ein zur Sauerbrunnencur nöthiges und wesentliches Stück; wie sehr betrügen sich aber diese selbsten, und irren sehr, da sie immer mehr neue Unreinigkeiten sich in den Magen und Gedärme hineinsammlen, und durch solche Fehler der Diät sich sehr viel Scha-

den zufügen, an der sonstigen so heilsamen Würkung der Sauerbrunnen.

So fehlen ferner alle diejenigen, und schaden sich nicht wenig, die gleich des Morgens früh, eine grosse Menge Sauerbrunnen hineinschütten, und zwar mehr, als die Natur bei ihnen zwingen kann, da man doch allemal dabei auf die Personen und die Art der Krankheit zu sehen hat, da übrigens, auch nach des Grosvaters Hippocrates Ausspruch es nie gut ist, was über das Maas der Natur geschiehet, sondern allemal räthlicher und vortheilhafter ist, wenn einer nach und nach getheilt, abgesezt, Portionenweise, des Morgens, Nachmittags, und Abends soviel Sauerbrunnen trinkt, als ein jeder bequem ertragen kann in seinem Magen, wodurch er die ersprieslichste Würkungen von seinem Sauerbrunnen allemal richtig erfahren kann, die Natur nicht zu sehr angegriffen wird, und wo er dabei, wenns nöthig ist und erfordert wird, allemal einer vorkommenden Amtsverrichtung bequem abwarten kann, ohne einigen Nachtheil seiner Gesundheit: besonders dient diese Maasregel sehr denen, die eine schwächliche Natur haben. Denn die Art den Sauerbrunnen zu trinken hängt viel ab von eines Sauerbrunnentrinkers seinen Kräften, Temperament, Empfindlichkeit, auch

der

der Art der Krankheit, das auch ein berühmter Friedr. Hofmann vorschlägt. Denn zu viel in den leeren Magen hineingeschlürfter, und auf die empfindlichen Häute des Magens hineingeschütteter Sauerbrunnen wird sehr schädlich: er schlägt daher auch vor, wenn dergleichen Wasser zuerst sparsam getrunken worden, wenn erst dieselbe in einer mehreren leidentlichern Menge aufgestiegen zu trinken.

Werden solche Sauerbrunnen der Krankheit und Person allemal angemessen getrunken, so darf man allemal die ersprieslichste Würkungen nach ihren Kräften davon sicher erwarten: es ist daher bey manchen ein nicht geringer Fehler und Irrthum, wenn während der Cur solche Arzneien gebraucht werden, die oft gar nicht hieher gehören, die sich mehr schädlich als nützlich zeigen.

Denn gebrauchen wir die Wasser mässig, so wird schon die Natur, das schädliche losgemachte, als überflüssig ausstossen, ohne daß besondere Magenarzneien, besondere Purgier- oder Urintreibende Mittel, oder irgend andere nöthig wären; es sey also solcher Naseweisen Betragen und Vorschläge allemal zu verwerfen, die zu solcher Zeit Arzneien ohne Ursache, mehr aus Gewinnsucht, oder aus Unklugheit, den Kranken, oder die sich krank zu seyn glauben, aufdrin-

dringen; es werden auch nach Sydenham, durch die gewöhnliche reinigende Mittel, die Kräfte des Stahls geschwächt, und wo auch diese sonst beim Gebrauch der Stahlwasser angewendet worden, ganz unwirksam gemacht. Es gedenket daher auch Baumer einer vierzigjährigen Frau, deren ihr Hüftweh viel ärger und heftiger wurde, als ihr während der Sauerbrunnencur zu viel Weinstein = Rahm gegeben wurde, bei Anwendung einer andern Curmethode aber erst dann genas: denn man weiß aus der Erfahrung, daß zu viel saures die Gliederkrankheiten nicht leiden können.

Ein eben so übler Fehler und Gebrauch ist es, wenn man die mit Sauerbrunnen angefüllte Krüge, bei etwas geöffnetem Stöpsel, ins warme Wasser taucht, damit sie nicht als kalt dem Magen schaden sollen: es werden aber alsdann just solche Sauerbrunnen, deren vorzügliche Kraft in einem sauren flüchtigen Wesen bestehet, ganz unwirksam, und die sonst von ihnen sicher zu erwarten gewesene gute Eigenschaften und Kräfte, werden dann dadurch ganz unwirksam und nachtheilig, besonders bei einem noch etwa dazu kommenden unrechtem Gebrauch und schlechter Diät; es verlieren solche Wasser bei Verlust ihres geistigen, flüchtigen Elements auch ihren gewöhnlichen, angenehmen Geschmack, und davon abhangende

vor=

vorzügliche Würkung. Es behauptet daher ein berühmter Hofmann, daß wenn das flüchtige, saure Element verflogen, worin die eisenhaltige Theile aufgelößt waren, diese auf den Boden fallen, wodurch eines solchen Sauerbrunnen seine eröffnende und stärkende Eigenschaft ganz verloren geht, und ein solches Wasser alsdann ganz unkräftig dadurch wird. Es leiden daher solche Sauerbrunnen, aus flüchtigen, sauren und eisenhaltigen Theilen bestehend, das Versenden an entfernte Orte, besonders bei heiser Witterung nicht so leicht, wo sie ebenfalls von ihrem flüchtigen Theilen viel verlieren, sondern man muß sie früh Morgens versenden, oder bey Nacht, und vor aller Einwürkung der Luft wohl verwahren.

Um den salzigen Reiz und die zu viele Empfindlichkeit einiger Sauerbrunnen, auch vom kalten Sauerbrunnen die unangenehme frierende Würkung zu verhüten, so mischen manche warme Milch, als unschädlich darzu, die schon ein Hofmann vorgeschlagen, zu mehrerer Annehmlichkeit der Sauerbrunnen im Trinken. Es fehlen aber diejenigen sehr, sagt Baumer, die zu viel darzu giessen: denn eben dadurch wird die eröffnende, die stärkende Eigenschaft, und gute Würkung sehr geschwächt. Man thut immer besser, solche Sauerbrunnen natürlich zu trinken, als

so gemischt, wenigstens mit zu vielen dergleichen Zusätzen, und besonders wenn man den Sauerbrunnen so leiden kann, ganz natürlich unvermischt, und es nur aus Gewohnheit nachthut.

So können auch die warmen Bäder, sagt Baumer, als allzuheis, oder gleich nach dem Essen gebraucht, bei nicht gehöriger Sorgfalt der nöthigen Abwartung der Transpiration, allemal schädlich werden, da sie eine Wallung im Geblüt verursachen, die Säfte unmässig gegen den Kopf treiben, den Verdauungs-Werkzeugen schädlich werden, wie am ganzen Körper, wenn der künstlich erweckte Schweis zurükgetrieben wird, blos aus üblem Verhalten, wie bei den Sauerbrunnen: daher auch Hofmann haben will, daß man die Bäder lauwarm brauchen soll, erst nach zurükgelegter Verdauung, und wenn man den Schweis gehörig unter der Bettdecke abgewartet hat.

Wer den Spuren und Würkungen der Natur nachgehet, im Beobachten, die langsam-schrittweise gehen, und hinreichende Zeit zur Würkung nöthig hat, besonders bei den Sauerbrunnen, der wird den Gebrauch der Sauerbrunnen nicht früher abbrechen, und sich dadurch der erst erfolgenden, erwünsch-

wünschten Wirkung desselben desto eher entziehen, sondern vielmehr denselben so lange fortsezen, als bis die Krankheit vertrieben, oder bis doch einige gute Würkung davon verspürt worden: es wird daher ein solcher desto mehr um diese Zeit auf seine Gesundheit sehen und achten, auch die Naturkräfte nicht zu sehr angreiffen durch zu vieles Ueberladen und Hineinschlucken des Sauerbrunnens auf einmal in den Magen. Chronische langwührige Krankheiten erfordern auch eine, einige Zeit daurende, anhaltende Cur, das ein alter erfahrner Erzvater Hippocrates schon eingesehen: denn die in den Lebenstheilen schon lange verstekte und tief eingedrungene schädliche Materien haben eine lange Zubereitung und Auflösung nöthig, ehe sie wieder beweglich werden, und sich gehörig ausführen lassen, welches am besten nach des Hippocrates Ausspruch geschiehet durch einen rechten Gebrauch der Sauerbrunnen, wenn sie nicht übereilt gebraucht werden, wie eine jede sonstige Cur, allzuschnell abgebrochen, übereilt, schädlich, ja ganz unfruchtbar werden kann, und solche Sauerbrunnengäste sich selbst den Schaden, die üble, schädliche Würkung auf solche Art zuziehen, die ihnen solche nicht sorgfältig genug gebrauchte Sauerbrunnen verursachen, statt der sonst gewiß von solchen Sauerbrunnen zu erwarten gewesenen vorzüglichen guten

ten und erwünschten Würkungen und Heilkräften. So weit kürzlich Baumer, jezo ist uns noch übrig die oben versprochene, bestens empfohlene Marcardische Lebens=Ordnung bei Sauerbrunnencuren beizufügen, als ein kurzer Anhang, der daher jezo nachfolgt.

Anhang.

Lebens-Ordnung bei der Brunnencur.

von Marcard.

Ein Brunnengast muß strenge seyn in der Lebens-Ordnung, nicht allein im Essen und Trinken, sondern im ganzen Verhalten. Man sey lieber ein wenig pedantisch in diesem Stücke, als ungebunden und leichtsinnig. Wer gesund werden will, der muß es ernstlich wollen, so erreicht er manchmal seinen Endzweck. Wer immer hin und her schwankt, wie ein schwaches Rohr, zwischen dem, was ihm angenehm, und zwischen dem, was ihm nützlich ist, der kommt nicht zum Ziel, der hat seine Krankheit lieb, und mit Misvergnügen ist man sein Arzt.

Es wäre unmöglich, allgemein geltende Vorschriften zu geben, denn ein jeder Mensch braucht beinahe seine eigene Diätetik. Marcard sagt also hier nur etwas über die Lebensordnung, und hält sich dabei an das, was am gewöhnlichsten ist; aber er will keine allgemeine und vollständige Lebensordnung entwerfen, und am wenig-

sten das ganze Register der Nahrungsmittel kritisch durchgehn.

Nachdem man des Morgens in der Frühe den Brunnen ordentlich unter Abwechselung von Bewegung und Ruhe, getrunken, und wenigstens eine gute Stunde darauf gewartet hat, so darf man das Frühstück nehmen, wenn man ein Bedürfniß fühlt.

Wen nicht hungert nach der Brunnencur, der sollte auch nichts genießen, wenn er es bequem bis Mittag aushalten kann. Es gibt Leute, die niemals frühstücken: wenn sie diese Gewohnheit auch bei der Cur ohne Beschwerde beibehalten können, so thun sie nicht übel, wenn ihnen vielleicht der Brunnen nicht auf den Stul wirkt, oder sie ihn in kleiner Menge trinken.

Bei den meisten ist aber nach dem Brunnen das Verlangen etwas zu genießen, sehr groß, und viele würden ohnmächtig, wo sie nichts zu sich nähmen. Diese mögen dann frühstücken, was sie sonst gewohnt sind, wenn es sich beim Brunnen paßt. Mehrentheils wird Kaffee und Chocolate mit oder ohne Milch getrunken.

Thee schikt sich so bald nach dem Brunnen nicht recht, Markard sagt, weil er mit den Ue-

berreſten des Brunnens wegen des Eiſens im Leibe zu Dinte wird.

Hingegen Waſſer und Milch wäre ein unverwerfliches Frühſtück für alle diejenigen, welche Milch beim Brunnen vertragen können.

Wer weder Kaffee, noch Chocolate, noch Milch leiden kann, der müßte verſuchen, ob ihm geglühter Wein ohne Gewürz, oder eine Weinſuppe aus Waſſer, Wein und Zucker, und ein wenig Eygelb, bekommt, oder Haberſuppe, oder eine Panade, oder etwas Bouillon. Mancher befindet ſich am allerbeſten bei einem halben Glaſe guten, allenfalls auch ſüſſen Wein, der nicht zu hizig iſt, und der mit etwas gutem leichten Biscuit genoſſen wird.

Ein jeder ſuche ſich hier alſo aus, was er brauchen kann, oder erfinde ſich was beſſers, wenn er ſinnreich iſt; ich denke, ein Glas recht gutes engliſch Bier, oder Braunſchweiger Mumme könnte manchen Morgen recht angenehm ſeyn, und einigen ſollte Milch wohl bekommen, die mit einem Löffel voll Franzbrandtwein vermiſcht wäre.

Mancher will auch zum Frühſtück eſſen; das muß denn aber etwas recht leichtes ſeyn, Zwieback oder recht gaares, nicht ganz friſches Waizen-

brodt, am liebsten ohne Butter. In Pyrmont hat man die Kaffebrodte, die recht gut sind.

Marcard sagt darum so viel vom Frühstück, weil sich viele Brunnengäste, wegen der großen Eßlust, die das Pyrmonter Wasser macht, schon eine Stunde nach der Cur so jämmerlich verderben.

Marcard spricht: ich weis wohl, daß es Straußenmagen giebt, die alles verdauen, aber diese können nicht zum Muster dienen. Wenn eine solche Magenheldin bei dir an dem großen Dejeuné sizt, und viele Tassen Kaffe mit fetter Milch, eine Anzahl pappiger Citronenbrodte mit Butter, dann wieder Erdbeeren mit Milch, darauf Kirschen ißt, und sich endlich den Magen mit etlichen Orangeschaalen stärkt, und versichert, daß ihr die Cur gut anschlage: so denke du, die Gaben der Menschen sind mancherlei, dem einen ists zu Theil worden, tüchtig zu essen, und gut zu verdauen, der andere erhielt die Tugend der Enthaltsamkeit.

Nach dem Frühstück, bei dem man sich ohngefehr eine Stunde ausruht, und bei dem auch allenfalls die Tobakraucher eine Pfeife Toback in freier Luft rauchen mögen, wenn sie es nicht lassen, und es beim Brunnen vertragen können,

macht man noch wieder einige Bewegung, wenn die Luft angenehm ist, geht zu Pferde, wenn man nicht badet, oder findet sonst eine angenehme Unterhaltung in der Gesellschaft, die sich gewöhnlich noch in der Allee in den Boutiquen, und in den beiden Ballhäusern in Pyrmont verweilet.

Schreiben, und mit einiger Anstrengung lesen, rathet Marcard Niemanden an. Es giebt solche, die es vertragen können: aber die meisten spüren unangenehme Empfindungen davon im Kopfe, und fühlen, daß es die Augen merklich angreift und schwächt. Wer das Kartenspiel blos zum Vergnügen treibt, und glaubt, sich genug bewegt zu haben, der mag auch allenfalls ein Stündchen spielen.

Solche aber, deren auch gefunden werden, die gleich nach dem Frühstük an den Spieltisch fallen, und wie angeleimt daran sizen, glauben, nach dem Frühstük seyen sie keine Curgäste mehr, die gar durch hohes Spiel unangenehme Leidenschaften in Bewegung bringen: das heißt gewiß schlecht für die Gesundheit gesorgt.

Aller Wahrscheinlichkeit nach sahe man einmal in Pyrmont, eine tödtliche Verhaltung des Urins, vom unablässigen Sitzen und Zurükhalten

ten dieser Ausleerung beim Spieltische während der Cur.

Vor dem Mittagessen sollte man sich eine Weile ruhig halten, und dann, mit Maaßen, und mit gesunden Speisen, den Hunger befriedigen, der auf den Brunnen zu folgen pflegt.

Jedermann weis beinahe, was Brunnendiät und Brunnenkost ist. Gute Fleischbrühe ohne Gewürz, wenn nicht besondere Naturen, Gewohnheiten und Landsarten etwas anders fodern, junge, leicht verdauliche, zarte, und nicht zu sehr blähende Gemüse, sonderlich Wurzelwerk, gutes, zartes, mürbe gekochtes, und am liebsten gebratnes Fleisch, leichte gesunde Fische und gutes Brod, sind die besten Nahrungsmittel für einen Brunnengast.

Alles fette, alles geräucherte und gepökelte Fleisch, Schweinefleisch, das zähe Hirschfleisch, und überhaupt alles Fleisch, was nicht mürbe ist, taugt gar nichts, so wenig wie frisches pappiges Brod, Buttergebackenes und Blättertaig für einen Magen, der durch die Cur verändert ist. Kohl verträgt nicht jeder dabei; rohe Salate mit Essig und Oel passen sich für gewöhnliche Magen nicht bei der Cur, daher man sie auch in Pyrmont den Curgästen niemals schickt.

Ge-

Gekochte Früchte vertragen die meisten beim Brunnen, aber rohe Erdbeeren und Kirschen, so herrliche Früchte es sind, kann nicht jeder Magen dabei leiden; man sieht alle Jahr die heftigsten Coliken und Durchfälle dadurch entstehen, obgleich wieder andre sie in Menge und ohne Nachtheil essen.

Gefrornes vertragen viele recht gut, sowohl in Früchten als in Milch, und die Cur an sich macht dagegen keinen Einwurf; ein Jeder muß sich probiren, und wissen, was er leiden kann.

Wie man sich nun bei Tisch mit dem Trinken zu verhalten hat, so ist guter Wein mit Wasser vermischt das beste.

Deutsches Bier bekommt wenigen beim Brunnen gut, weil es meistens viel bläht. Und Pyrmonter Wasser bei Tisch mit dem Wein zu trinken, däucht Marcard für einen, der die Cur trinkt, auch nicht recht schicklich.

Wer etwas Schmakhafteres mit dem Weine trinken will, als gemeines Wasser, der thut in Pyrmont besser, von dem lieblichen Säuerling zu nehmen, der ein so außerordentlich leichtes und feines Wasser ist, und mit dem Weine vermischt, sehr angenehm schmekt.

Nach d:m Essen mag man auch eine Tasse Kaffe trinken, wer ihn vertragen kann, nur von allem erlaubten nicht zu viel; Kenner versichern, der Kaffee solle, mit dem Pyrmonter Stahlbrunnenwasser gekocht, ganz vorzüglich gut schmecken.

Den Nachmittag soll man suchen angenehm hinzubringen, und dazu ist in Pyrmont Gelegenheit genug, die mannichfaltige Gesellschaft, die schöne Gegend, die herrliche Spaziergänge, Musik, Schauspiel, die Bälle und das Spiel sind Quellen genug für ganz verschiedene und entgegenstehende Neigungen; man sollte auch die Bewegungen und mässige Leibesübungen nicht versäumen; des Nachmittags, wenn man nicht wieder Brunnen getrunken hat, darf man wohl Thee nehmen, wer ihn liebt oder daran gewöhnt ist; man findet auch sonst angenehme und sehr gute bereitete Getränke in der Allee, als Limonade, Bavaroise und andere, auch fast beständig Gefrornes.

Das Abendessen muß sehr mässig seyn, und aus leichten Speisen bestehen, damit die Nachtruhe gut sey, und man des folgenden Morgens mit leichtem Körper die Cur nehme. Wassersuppen, auch Fruchtsuppen, die leichtesten Gemüse, die feinsten Fische und zartes Fleisch, sonderlich Geflügel, sind die besten Gerichte dazu.

But=

Butterbrod ist immer ein schweres Abendessen, aber für einen Brunnengast taugt es gar nichts. Viele befinden sich am besten, wenn sie des Abends gar nicht essen, andere wenn sie blos etwas gekochtes Obst nehmen, einige bei Milchsuppe oder bei Habersuppe.

Marcard wünscht sich, daß er Beredsamkeit und Salbung hätte, um die Mässigkeit im Essen so zu predigen, daß jeder Brunnengast sich daran kehrte. Man glaubt kaum, um wie viel Gutes, das die Cur wirken würde, täglich gestört wird, blos wegen der immer wiederkommenden Unverdaulichkeiten.

Der Hunger, den das Pyrmonter Wasser bei den Meisten verursacht, ist zwar eine sehr schöne und selbst eine angenehme Wirkung. Einige Epikuräer wissen dieses recht gut, und trinken gern alle Morgen ein Glas Pyrmonter Brunnen, blos um sich Appetit zu verschaffen. Aber diese an sich gute Wirkung wird, sonderlich bei der Cur, nachtheilig, wenn nicht die Mässigkeit ihr einen Zaum anlegt.

Des Abends ist es sehr nöthig, sich bei guter Zeit zur Ruhe zu legen, damit man am folgenden Morgen frisch und leicht sey, wenn man früh zum Brunnen geht. Es ist des Abends spät oft neblicht, vom Thau feucht, auch nach

einem warmen Tage zuweilen ziemlich kühl: so daß man sich leicht erkältet, wenn man spät ausgeht. Außerdem sind auch die Brunnengäste vom frühen Aufstehn und vielen Bewegungen gemeiniglich ziemlich ermüdet. Marcard hält daher nicht gar viel von den späten Abendpromenaden für Brunnengäste, ausgenommen, wenn das Wetter bei Tag so heiß war, daß man sich nicht viel bewegen konnte, sondern viel saß, und dann ein schöner Abend folgt.

Es ist eine der nothwendigsten Vorsichtigkeitsregeln für Curgäste, daß sie sich vor Verkältungen hüten: daher müssen sie jeden Tag und jede Tagszeit ihre Bekleidung nach der Witterung und nach der Beschaffenheit und Temperatur der Atmosphäre einrichten und verändern, und nicht nach der Mode.

Daher sind nicht allein Sommerkleider, sondern auch wärmeres Zeug nöthig, welche sie mitbringen müssen: denn zwischen den Bergen von Pyrmont, so wie überhaupt in diesen Gegenden von Deutschland, giebt es zuweilen mitten im Sommer einen Tag, der empfindlich kalt ist, so wie es manchmal im December und Januar einen angenehmen Frühlingstag giebt.

Man hält sich wohl über die Furcht vor Verkältungen auf: wenn nun aber ein Curgast sich ein

Fluß-

Flußfieber, oder einen beträchtlichen Husten, Halsweh und dergleichen zuzieht, wie es doch alle Sommer in Pyrmont geschieht, verliert er nicht alsdann zuweilen acht bis 10 und mehrere Tage von seiner Cur, um die er viele Meilen hergereiset war? Und ist nicht die Verhütung eines solchen Verlusts der Vorsicht wohl werth?

Marcard schreibt: ich habe erlebt, daß durch solche Verkältungen die ganze Cur, die sich sehr gut anlies, völlig vernichtet wurde. Wer also für sich sorgt, der hüte sich dafür bei Tag, und sonderlich an kühlen Abenden.

Bewegung und Leibesübung ist ein sehr wichtiges Stück in der Lebensordnung eines Brunnengasts, und soll einen großen Raum der Curzeit ausfüllen, die nun einmal ganz der Gesundheitspflege gewidmet seyn muß. Marcard sagte zwar, es sey gar nicht nöthig, daß man während des Wassertrinkens am Morgen so unabläßig auf- und ablaufe, man thue besser, auch zuweilen ein wenig zu ruhen, und das Reiten, zum wenigsten starkes Reiten, tauge gar nicht zwischen dem Trinken. Man muß aber hieraus nicht schließen, Marcard verkenne den Nuzen der Bewegung bei der Brunnencur. Marcards Meinung ist, man sollte sich den ganzen Tag hindurch

durch viel Bewegung machen, und so viel, als nur irgend mit Vergnügen geschehen kann.

Selbst diejenigen, welchen es besser bekommt, den Brunnen des Morgens im Bette zu trinken, sollten an den übrigen Theilen des Tages sich doch fleißig bewegen. Aber nicht zur Unzeit, und bis zur Ermüdung, oder gar bis zur Erhizzung und zum Uebernehmen der Kräfte, sollte man bei der Cur die Leibesübung nie treiben, man muß oft die Bewegung unterbrechen durch Ruhe. Das Beklettern der Berge ist nur für wenige Brunnentrinker rathsam, so wie überhaupt alles, was den Schweiß sehr hervortreibt, dem man so viel als möglich bei der Cur ausweichen sollte, besonders so lange man das Wasser im Leibe hat: denn in vielen zerstört er offenbar die gute Wirkungen der Cur, und arbeitet den Endzwecken derselben entgegen.

Etwas vortreflich heilsames und gedeihliches für die Gesundheit liegt in der Bewegung des Körpers. Nichts stärkt so gewiß, und auf eine so gute Weise, nichts erhebt die Thätigkeit aller Organen des Körpers so nachdrücklich, und nöthigt sie ihre Pflicht zu thun: jedermann fühlt auch, wie wohlthätig und nüzlich sie ist, und zumal bei einer Brunnencur. Jedes Ding aber hat

hat sein Maaß, und man muß sich erinnern, daß auch Leibesübungen übertrieben und alsdann nachtheilig werde können.

Ein sehr verächtliches und frivoles Leben ist gewiß das Leben derjenigen, deren ganze Existenz hauptsächlich aus Schlafen und Essen und Exercice besteht. Dieses ist wirklich der Lebenslauf von manchen sogenannten Vornehmen. Der Körper mag dabei eine Zeitlang ziemlich gesund seyn, aber die arme Seele muß dabei, wie man auch genug sieht, jämmerlich zusammenschrumpfen.

In Pyrmont übertreiben, wenigstens die Curgäste weiblichen Geschlechts, die Leibesübung nicht: vielmehr ist es Marcards große Klage, daß sie nicht genug darinn thun, und hieran ist nichts anders Schuld, als die ganz und gar weibliche Lust am Kleiderputz. Ein nach heutiger Weise angezogenes Frauenzimmer in Pyrmont, das eingeschnürt und eingezwängt ist, in deren Kleidung und Kopfputz der geringste Wind schon erhebliche Verwüstungen anrichtet, ist zu Leibesübungen völlig ungeschikt. Es kann bei stiller Luft in den Alleen ein wenig umherschweben, aber unmöglich sich recht bewegen, wie es sollte, und ein Gang nach dem Königsberge wäre schon viel zu weit in einem solchen Zustande zu gehn.

Marcard hat zwar schon vom Putz geredt, aber er kommt hier noch einmal damit zurück, um alle verständige Frauenzimmer um Rath zu fragen: wie dem Ding abzuhelfen sey? Denn zu seinem Leidwesen spricht er, müsse er bekennen, daß doch im Sommer 1784 wieder etwas zu viel Kleiderprunk, wenigstens bei einigen im Schwange war: uud es ist ein Unglück, daß hierinn zuweilen so viel von dem Beispiel einiger wenigen steifen und putzergebenen Damen abhängt.

Wenn Marcard sagt, daß der jezige Anzug im Grunde häßlich sey, daß er allen Weibern die Gestalt von Wespen gebe, und die schöne Gestalt des menschlichen Leibes ganz verstelle und verschimpfe; so hilft dieses nichts: denn die Mode will es so, und die häßlichste Mode ist schön, so lange sie währt. Wenn die Mode wollte, alle Damen sollten aussehn, wie Scorpionen, wie Nachteulen, oder wie Seepferde, so wäre sie doch schön. Marcard muß daher suchen andere Gründe vorzubringen, wodurch er während der Cur zu Pyrmont den Putz abrathe.

Gewiß, wer sich durch seinen steifen Anzug unfähig macht, außerhalb der Alleen zu kommen, der verliert durch ein schaales Vergnügen

ungemein viel, indem er so wenig von den Schönheiten dieser Gegend genießt; da doch wirklich die Natur hier ausnehmend schön und reizend ist. Es reisen zuweilen Frauenzimmer von Pyrmont ab, die nichts von Pyrmont gesehn haben als die, freilich herrliche, Alleen. Gar wenige denken an Landparthien, auf die man nach dem Frühstück ausfahren sollte, um im Grünen zu essen, und gegen Abend wieder zu Hause zu kommen.

Was nützt uns aber der Aufenthalt in einer schönen Gegend auf dem Lande, wenn man ihn nicht auf solche Weise oder durch etwas weite Spaziergänge in guter Gesellschaft genießt? Das Frauenzimmer reitet auch viel zu wenig in Pyrmont, und mit Recht darf man wohl sagen, daß der Anzug häuffig von allem diesem abhalte.

Wenn doch alle Jahr eine Dame da wäre, deren Beispiel gölte, und Eindruck genug machte, und die so viel bewirkte, daß man immer Nachmittags in einem eleganten Negligé erschiene, und nur einmal in der Woche im völligen Putz, um doch von Zeit zu Zeit dieser weiblichen Passion Luft zu machen.

Es ist der Gedanke eines Frauenzimmers, daß man allem Unwesen, das aus dem Anzuge her-

herkommt, auf einmal abhelfen könnte, wenn eine bequeme Badeuniform eingeführt würde. Der Vorschlag däucht Marcard vortreflich, aber es ist ihm nur leid, daß er hierinnen keine Stimme zu geben hat, sonst würde es an seinem voto nicht fehlen. Man möchte alles einrichten wie man wollte, wenn nur in Zukunft das Frauenzimmer mehr Bewegung machte, als es bisher viele, freilich nicht alle, gethan haben.

Unter den LeibesUebungen für Curgäste steht nun auch das Tanzen wie Unkraut unter dem Waizen. Doch nicht ganz so arg; denn Marcard hat wirklich Brunnengäste, insonderheit unter dem Frauenzimmer gekannt, die behaupteten, das Tanzen bekomme ihnen gut.

Nervenkrankheiten haben manchmal sehr viel Eigenes, und auch darinn, daß Dinge dabei gut bekommen, die allen andern Menschen schaden. Beinahe auf diese Art allein begreift man, wie die Erhizungen des Tanzes im Sommer und bei der Brunnencur zuträglich seyn können; zum Glücke fällt in Pyrmont auch wenig Brunnengästen ein zu tanzen, und die Bälle und Masqueraden haben doch darum ihren guten Fortgang; denn es sind immer so viel Gesunde hier, daß man in langen Reihen tanzen kann, ohne eines Brunnengasts dazu zu bedürfen. Uebrigens

ist die Einrichtung der Bälle zu Pyrmont sehr vernünftig und der Gesundheit sehr gemäs: denn gewöhnlich tanzt man nie lange, nie in der heissen Tageszeit, und nie spät in die Nacht. Um 8 Uhr Abends fängt man an, und um 10 Uhr geht jeder nach Hause; und ich wünsche, daß niemals ein Schwindelgeist von einem Tanzgenie nach Pyrmont kommen möge, der so viel Einfluß habe, daß er diese gute Ordnung störe.

Die Gemüthsführung (Regimen mentis), so wenig sich die meisten Menschen darum bekümmern, ist ein sehr richtiger Punkt bei der Linderung und Heilung vieler Krankheiten, und gehört daher auch in die Lebensordnung bei der Brunnencur. Die Seele hat ihre Diät wie der Leib, und beinahe ein jedes Individuum hat seine eigene. Wer nicht gedankenlos über alles hingeht, sondern sich beobachtet und prüfet, der wird auch hierinn finden, was ihm heilsam sei.

Es gibt einige feste Constitutionen, die es recht wohl vertragen können, bei der Brunnencur ihre Geisteskräfte anzustrengen, mit dem Kopfe zu arbeiten, zu studiren und anhaltend zu denken.

Marcard ist als ein großer Gelehrter bekannt, der im Stande ist, während seiner Brunnencur

Abhandlungen zu schreiben; aber sehr wenige haben solche Kräfte. Mehrentheils ist der Körper bei dieser Cur empfindlicher; wird leichter überspannt; mancher kann nicht ohne Nachtheil dabei einen Brief schreiben, er leidet darnach Kopfschmerzen, Schwindel und Unbehaglichkeit. Solche kleine Beschäfftigungen vertragen indeß doch die meisten, wenn sie nicht eine unschickliche Zeit dazu wählen, wie etwa unmittelbar nach dem Brunnen, oder gleich nach der Mahlzeit. Aber große Anstrengung der Seelenkräfte, sie mag mit Arbeit oder mit der Wollust des Enthusiasmus verbunden seyn, verträgt nicht leicht jemand, ohne üble Folgen und unangenehme körperliche Empfindungen davon zu leiden. Also auch die angenehme Schwelgerei des Geistes (debauché d'esprit,) wenn sie auch noch hinreissender wäre, als die der Sinne, kann bei der Brunnencur keine Statt finden.

Die Einbildungskraft und die Leidenschaften bestimmen eigentlich die Zufriedenheit, das Glück oder das Unglück des Menschen, von seiner geistigen Seite her. Und weil sich schwerlich große Fortschritte, zur Herstellung von körperlichen Krankheiten, machen lassen, so lange von innen her, von der moralischen Hälfte des Menschen, etwas entgegen wirkt: so ist es also nothwen-

wendig, zu einer, für unsre Zwecke vernünftigen Gemüthsführung, hierauf die vornehmste und größte Aufmerksamkeit zu richten.

Ein zufriedener, ruhiger und heiterer Zustand des Gemüths ist von der größten und augenscheinlichsten Wirkung auf den Körper, sonderlich bei empfindlichen Temperamenten. Bei solchen gehen alle Funktionen des Körpers in der schönsten Ordnung, in der völligsten Harmonie vor sich, so lange ihr Gemüth in einer angenehmen Stimmung ist, Einbildungskraft und Leidenschaften nichts darinn verwirren. Hingegen verschwindet aller dieser Einklang, entsteht an allen Enden lauter Unordnung, ohne daß ein wahrer Krankheitszustand da wäre, so bald diese Heiterkeit der Seele aufhört.

Sehr vieles hängt hierinn von den Dingen ausser uns ab, von dem, was uns umgibt. Daher sollte man bei Krankheiten auf alle mögliche Weise besorgt seyn, diejenigen Dinge wirken zu lassen, welche das Gemüth in eine günstige Verfassung sezen können, und sich selbst wohl beobachten, was dazu beitragen könne.

Die Musik thut bei einigen viel hierinn, wenigstens auf eine Zeitlang, bei andern der Umgang, angenehme Zerstreuung durch ergözende

und mannigfaltige Gegenstände, freundschaftliches Anhängen an andern Menschen, und hundert andere Dinge bei verschiedenen Sinnesarten und Dispositionen. Daher hat auch ein Curort, wie Pyrmont, der in einer schönen Gegend liegt, der angenehme Gesellschaft, Unterhaltung und Zerstreuung gewährt, wo nicht blos Krüppel und Lahme hinkommen, sondern auch fröhliche Menschen, die Vergnügen suchen, und im Stande sind, Vergnügungen zu geben, so viel Vorzüge vor den Bädern, die den ganzen Innbegriff des menschlichen Elends in einer Nuß enthalten.

Was aber auch immer in dieser Hinsicht von den Dingen ausser uns abhängen mag, so beruht doch das wichtigste Stück einer guten und medicinischen Gemüthsführung auf der Regierung der Einbildungskraft und der Leidenschaften.

Wie weit überhaupt die Gewalt der Einbildungskraft über den Menschen gehe, wie ihr Leib und Seele könne unterworfen werden, davon hat man leider! nur gar zu viele Beispiele.

Die Gaukler und Charlatane zeigten es unter andern von allen Zeiten her sehr deutlich, und noch jezt zeigt es der Erzcharlatan und Gaukler Mesmer, der Convulsionen hervorbringt, wo er will, blos durch Hülfe der Einbildungskraft über die Vernunft der Menschen.

Auch zeigen die Gewalt der Einbildungskraft über die Vernunft der Menschen das ganze Heer der im Finstern in Deutschland umherschleichenden, geheime Weisheit und übernatürliche Künste treibenden Betrüger, an allen den Dummköpfen, die daran glauben, die alles sehen, alles fühlen, und alles für wahr annehmen, was ihnen ein listiger Schelm weiß macht.

Doch von dieser Seite, sagt Marcard, geht mich hier die Einbildungskraft nichts an.

Aber mit seiner Einbildungskraft fertig zu werden, und über sie zu herrschen, muß ein jeder Nervenkranke lernen, um gesund zu werden. Sie allein ohne der Mitwirkung äusserer Dinge zu bedürfen, kann den Menschen in elysische Glückseligkeiten hinträumen. Aber wehe dem, mit welchem sie den entgegenstehenden Weg fortrennt: sie stürzt ihn tiefer, als die Hölle, und führt ihn nur aus einem Schreckniß heraus, um ihn in ein noch grösseres zu stoßen.

Fast alle Hypochondristen erfahren die Wahrheit von dem, was Marcard sagt: sie fürchten alles Uebel, und hoffen nichts Gutes, alles stellen sie sich schwer und unübersteiglich vor, mit Sorge stehen sie auf, und mit Furcht legen sie sich schlafen; daher haben sie keinen Genuß von ihrem

Kosten vergeblich angewendet sind, sondern die Gesundheit den größten Schaden leidet.

Da bei der bisherigen Anzeige eines richtigen Gebrauchs der Sauerbrunnen nicht allein genau angezeigt worden, was dabei zu beobachten, sondern auch alles, was verhütet werden müsse: so würde es also überflüssig seyn, eine weitläuftigere Nachricht zu geben von den Misbräuchen und Fehlern, die bei den Brunnencuren meistens vorfallen. Doch könnte einem der Gedanke aus den bisher angezeigten Maasregeln, die bei den Brunnencuren vorkommen, leicht entstehen, daß die Gesundwasser als eine Universalarznei anzusehen seyen.

So thöricht dieser Gedanke von einer Universalarznei ist, so gebe ich gern zu, daß schon viele Krankheiten durch andere Mittel ohne eine Brunnencur völlig sind gehoben worden; übrigens ist aber auch den Sauerbrunnen, wie andern Arzneien, keine Schuld beizumessen, wenn sie nicht in einer Krankheit, welche etwa schon zu weit gekommen, oder noch andre Ursachen dabei verborgen sind, die erwartete gute Würkung zeigen können.

So groß und so wichtigscheinend diese Einwürfe seyn mögen, so behalten doch die Sauerbrun-

brunnen immer besondere Vorzüge vor andern Wassern. Nur wenn man ihre Bestandtheile und die nothwendig daraus folgenden Würkungen genau und mit einem von Vorurtheilen freien Nachdenken ansieht, so muß es zur Genesung solcher Kranken, deren Arten oben weitläuftig beschrieben sind, mehreren Einfluß haben, als irgend eine andere Arznei thun kann. Man darf auf diese Vortheile um so mehr gewisse Rechnung machen, wenn allen denen bis daher ausführlich angezeigten Maasregeln, die bey den Brunnencuren sorgfältigst zu beobachten nöthig sind, mit allem Fleiß nachgekommen wird.

Und so hoffe ich in diesen wenigen Blättern alles nöthige angezeigt zu haben, was für Maasregeln gehörig zu beobachten sind bei dem richtigen Gebrauch der Sauerbrunnen und den dabei öfters unrichtig vorkommenden verschiedenen schädlichen Vorurtheilen und Fehlern, wie diesen sorgfältig zu begegnen.

In allen diesen bisher angezeigten nöthig zu beobachtenden Maasregeln, beim rechten Gebrauch der Sauerbrunnen, nebst der nöthigen Verhütung der so mancherlei dabei vorkommenden schädlichen Fehler und Irrthümer, deren wir auch schon zum Theil gedacht, empfohlen, und gerügt, in unserer ehemaligen Abhandlung über

des Selterwassers physisch=medicinischen Untersuchung, nach seinen unterschiedenen vorzüglichen Bestandtheilen, Würkungen, und richtigem Gebrauch, in all diesem, sage ich, stimmet auch vorzüglich mit uns noch überein, nicht allein der berühmte Marcard, in seiner großen kostbaren Beschreibung von Pyrmont, deren er auch eine Lebens=Ordnung beim Gebrauch der Brunencuren beigefügt, die um ihrer Wichtigkeit und Allgemeinnüzlichkeit willen, allemal verdient allgemeiner bekannt gemacht zu werden, und daher hier von uns als ein besonderer Anhang beigefügt worden, zu weiterer Bestätigung der von uns empfohlenen Maasregeln und gänzlichen Verhütung der so schädlichen Irrthümer und Fehler bei den Sauerbrunnencuren; sondern auch der ebenfalls berühmte J. W. Baumer, in seinem Programm zu des C. F. Wuth seiner Streitschrift, die 1779 zu Giessen erschienen ist, worinn derselbige auch vorzüglich der Irrthümer beim Gebrauch der Sauerbrunnencuren erwähnet, und nachfolgendes ausführlich bestimmt und vorschlägt.

Er stimmt besonders mit dem berühmten Frid. Hofmann darinn unter andern überein, daß die Sauerbrunnen wegen ihren vorzüglichen Bestandtheilen und Eigenschaften, zu Wegräumung und Heilung verschiedener, besonders langwieriger, Krankheiten, sonstige gewöhnliche Arzneien und

künst=

künstliche Mittel öfters weit übertreffen, da diese Sauerbrunnen die schädliche, zu manchen nachtheiligen Krankheiten Anlaß gebende, Materien und Grundstoffe aus einander sezen, verbessern, und durch allerhand Ausführungswege, ohne großen Verlust der Kräfte, ausstoßen, der kleinsten Gefässe ihre Verstopfungen auflösen, derselbigen Fibern stärken, daß auch solche Sauerbrunnen als die besten Präservativcuren dienen, bei rechter Maase und Diät; da sie hingegen auch die schädlichste, nachtheiligste Würkungen äußern, bei unauflöslichen Verhärtungen der Eingeweide, derselbigen Verlezungen, in besonders oft starker Maase, indem dergleichen so verschiedene Anfälle oft eine gelindere Curart erfordern, nach den so mancherlei Temperamenten und Gattungen von Menschen.

Da der so gütige Schöpfer in die Natur so unterschiedene Arten und Bestandtheile von Sauerbrunnen gelegt, so dienen und würken sie daher unterschieden: so die besonders salzigen, laxierende Brunnen das zähe, schleimigte in den Eingeweiden aufzulösen und auszustoßen; so die laugenhafte Theile enthaltende, die saure Schärfe der Säfte einzuwickeln, die natürliche Blut-Ausflüsse einzuleiten; so die eisenhaltige Theile enthaltende, die geschwächte Fibern zu stärken,

Er ist auch der Meinung, daß man nicht die Sauerbrunnen in zu starker Maase, auf einmal zu sich nehmen soll, besonders bei zu starker Himmelshitze, wo die Kräfte ohnehin sehr Noth leiden, und der Körper fast ganz im Schweise zerschmilzt; eben so wenig als auch bei zu kalt-feuchter Witterung, wo ohnehin die subtile Ausdünstung Noth leidet, und die zu viel getrunkene Sauerbrunnen auch die Ausführungswege nicht gehörig durchgehen; man solle lieber alsdann, so lange solche Witterung dauert, den Sauerbrunnen aussezen, wenigstens nicht so stark hineinschütten, bis sich die angemessenere Witterung darzu einstellt, nemlich im Anfang und am Ende des Sommers, wo die Ausdünstung frei und ungehindert geht, zu der Zeit, wo das Verhältniß der Wärme und Kälte der Witterung nicht zu sehr abweicht.

So soll man auf einige Täge das Sauerbrunnentrinken einstellen, wenn sonstige gewöhnliche widernatürliche Veränderungen vorgehen, als bei Frauensleuten die gewöhnliche monatliche Reinigung, oder sonst bei andern der Goldaderfluß.

Die sonst allemal von Aerzten aus Gewohnheit eingeführt gewesene Vorbereitung zur Sauerbrunnencur, als z. B. das Aderlassen, das Lazieren

xieren, ist nicht allemal nöthig, wenn nicht besondere Vollblütigkeit, oder Unreinigkeiten in den ersten Wegen da sind. Das Aderlassen ist bei Vollblütigen nöthig, auch nach Fried. Hofmann, damit nicht die Menge der zu trinkenden Wasser, einige Hindernisse in den Gefässen verschaffe, und die nicht gehörig ausgeführte Unreinigkeiten in den ersten Wegen schädliche Hindernisse verursachen an der guten Würkung solcher getrunkenen Sauerbrunnen; so wie ferner das Aderlassen bei schwächlichen, bei wenig Blut besitzenden ebenfalls nachtheilig ist, wie ein berühmter Sydenham nie bei schwächlichen, nie bei langwührigen Kranken Ader gelassen.

So gedenkt auch Baumer derjenigen ihrer Irthümer, die beim Sauerbrunnentrinken, am Mittagessen eine genaue Diät im Essen und Trinken beobachten und halten, Nachmittags aber desto mehr ihrem Gaumen-Kizel nachgehen, bei Trinkgesellschaften sich meist einstellen, nach einem besondern fälschlich vermeinten Recht, Erlaubniß und Vorurtheil, als ein zur Sauerbrunnencur nöthiges und wesentliches Stück; wie sehr betrügen sich aber diese selbsten, und irren sehr, da sie immer mehr neue Unreinigkeiten sich in den Magen und Gedärme hineinsammlen, und durch solche Fehler der Diät sich sehr viel Scha-

den zufügen, an der sonstigen so heilsamen Würkung der Sauerbrunnen.

So fehlen ferner alle diejenigen, und schaden sich nicht wenig, die gleich des Morgens früh, eine grosse Menge Sauerbrunnen hineinschütten, und zwar mehr, als die Natur bei ihnen zwingen kann, da man doch allemal dabei auf die Personen und die Art der Krankheit zu sehen hat, da übrigens, auch nach des Grosvaters Hippocrates Ausspruch es nie gut ist, was über das Maas der Natur geschiehet, sondern allemal räthlicher und vortheilhafter ist, wenn einer nach und nach getheilt, abgesezt, Portionenweise, des Morgens, Nachmittags, und Abends soviel Sauerbrunnen trinkt, als ein jeder bequem ertragen kann in seinem Magen, wodurch er die erspieslichste Würkungen von seinem Sauerbrunnen allemal richtig erfahren kann, die Natur nicht zu sehr angegriffen wird, und wo er dabei, wenns nöthig ist und erfordert wird, allemal einer vorkommenden Amtsverrichtung bequem abwarten kann, ohne einigen Nachtheil seiner Gesundheit: besonders dient diese Maasregel sehr denen, die eine schwächliche Natur haben. Denn die Art den Sauerbrunnen zu trinken hängt viel ab von eines Sauerbrunnentrinkers seinen Kräften, Temperament, Empfindlichkeit, auch

der

der Art der Krankheit, das auch ein berühmter Friedr. Hofmann vorschlägt. Denn zu viel in den leeren Magen hineingeschlürfter, und auf die empfindlichen Häute des Magens hineingeschütteter Sauerbrunnen wird sehr schädlich: er schlägt daher auch vor, wenn dergleichen Wasser zuerst sparsam getrunken worden, wenn erst dieselbe in einer mehreren leidentlichern Menge aufgestiegen zu trinken.

Werden solche Sauerbrunnen der Krankheit und Person allemal angemessen getrunken, so darf man allemal die erspriesslichste Würkungen nach ihren Kräften davon sicher erwarten: es ist daher bey manchen ein nicht geringer Fehler und Irrthum, wenn während der Cur solche Arzneien gebraucht werden, die oft gar nicht hieher gehören, die sich mehr schädlich als nützlich zeigen.

Denn gebrauchen wir die Wasser mässig, so wird schon die Natur, das schädliche losgemachte, als überflüssig ausstossen, ohne daß besondere Magenarzneien, besondere Purgier- oder Urintreibende Mittel, oder irgend andere nöthig wären; es sey also solcher Naseweisen Betragen und Vorschläge allemal zu verwerfen, die zu solcher Zeit Arzneien ohne Ursache, mehr aus Gewinnsucht, oder aus Unklugheit, den Kranken, oder die sich krank zu seyn glauben, aufdrin-

dringen; es werden auch nach Sydenham, durch die gewöhnliche reinigende Mittel, die Kräfte des Stahls geschwächt, und wo auch diese sonst beim Gebrauch der Stahlwasser angewendet worden, ganz unwirksam gemacht. Es gedenket daher auch Baumer einer vierzigjährigen Frau, deren ihr Hüftweh viel ärger und heftiger wurde, als ihr während der Sauerbrunnencur zu viel Weinstein=Rahm gegeben wurde, bei Anwendung einer andern Curmethode aber erst dann genas: denn man weiß aus der Erfahrung, daß zu viel saures die Gliederkrankheiten nicht leiden können.

Ein eben so übler Fehler und Gebrauch ist es, wenn man die mit Sauerbrunnen angefüllte Krüge, bei etwas geöffnetem Stöpsel, ins warme Wasser taucht, damit sie nicht als kalt dem Magen schaden sollen: es werden aber alsdann just solche Sauerbrunnen, deren vorzügliche Kraft in einem sauren flüchtigen Wesen bestehet, ganz unwirksam, und die sonst von ihnen sicher zu erwarten gewesene gute Eigenschaften und Kräfte, werden dann dadurch ganz unwirksam und nachtheilig, besonders bei einem noch etwa dazu kommenden unrechtem Gebrauch und schlechter Diät; es verlieren solche Wasser bei Verlust ihres geistigen, flüchtigen Elements auch ihren gewöhnlichen, angenehmen Geschmack, und davon abhangende

vorzügliche Würkung. Es behauptet daher ein berühmter Hofmann, daß wenn das flüchtige, saure Element verflogen, worin die eisenhaltige Theile aufgelößt waren, diese auf den Boden fallen, wodurch eines solchen Sauerbrunnen seine eröffnende und stärkende Eigenschaft ganz verloren geht, und ein solches Wasser alsdann ganz unkräftig dadurch wird. Es leiden daher solche Sauerbrunnen, aus flüchtigen, sauren und eisenhaltigen Theilen bestehend, das Versenden an entfernte Orte, besonders bei heiser Witterung nicht so leicht, wo sie ebenfalls von ihrem flüchtigen Theilen viel verlieren, sondern man muß sie früh Morgens versenden, oder bey Nacht, und vor aller Einwürkung der Luft wohl verwahren.

Um den salzigen Reiz und die zu viele Empfindlichkeit einiger Sauerbrunnen, auch vom kalten Sauerbrunnen die unangenehme frierende Würkung zu verhüten, so mischen manche warme Milch, als unschädlich darzu, die schon ein Hofmann vorgeschlagen, zu mehrerer Annehmlichkeit der Sauerbrunnen im Trinken. Es fehlen aber diejenigen sehr, sagt Baumer, die zu viel darzu giessen: denn eben dadurch wird die eröffnende, die stärkende Eigenschaft, und gute Würkung sehr geschwächt. Man thut immer besser, solche Sauerbrunnen natürlich zu trinken, als

so gemischt, wenigstens mit zu vielen derglei=chen Zusäzen, und besonders wenn man den Sauerbrunnen so leiden kann, ganz natürlich un=vermischt, und es nur aus Gewohnheit nach=thut.

So können auch die warmen Bäder, sagt Baumer, als allzuheis, oder gleich nach dem Essen gebraucht, bei nicht gehöriger Sorgfalt der nöthigen Abwartung der Transpiration, allemal schädlich werden, da sie eine Wallung im Ge=blüt verursachen, die Säfte unmässig gegen den Kopf treiben, den Verdauungs=Werkzeugen schäd=lich werden, wie am ganzen Körper, wenn der künstlich erweckte Schweis zurükgetrieben wird, blos aus üblem Verhalten, wie bei den Sauer=brunnen: daher auch Hofmann haben will, daß man die Bäder lauwarm brauchen soll, erst nach zurükgelegter Verdauung, und wenn man den Schweis gehörig unter der Bettdecke abgewar=tet hat.

Wer den Spuren und Würkungen der Natur nachgehet, im Beobachten, die langsam=schrittweise gehen, und hinreichende Zeit zur Würkung nöthig hat, besonders bei den Sauerbrunnen, der wird den Gebrauch der Sauerbrunnen nicht früher abbre=chen, und sich dadurch der erst erfolgenden, er=

wünsch=

wünschten Wirkung desselben desto eher entziehen, sondern vielmehr denselben so lange fortsezen, als bis die Krankheit vertrieben, oder bis doch einige gute Würkung davon verspürt worden: es wird daher ein solcher desto mehr um diese Zeit auf seine Gesundheit sehen und achten, auch die Naturkräfte nicht zu sehr angreiffen durch zu vieles Ueberladen und Hineinschlucken des Sauerbrunnens auf einmal in den Magen. Chronische langwührige Krankheiten erfordern auch eine, einige Zeit daurende, anhaltende Cur, das ein alter erfahrner Erzvater Hippocrates schon eingesehen: denn die in den Lebenstheilen schon lange verstekte und tief eingedrungene schädliche Materien haben eine lange Zubereitung und Auflösung nöthig, ehe sie wieder beweglich werden, und sich gehörig ausführen lassen, welches am besten nach des Hippocrates Ausspruch geschiehet durch einen rechten Gebrauch der Sauerbrunnen, wenn sie nicht übereilt gebraucht werden, wie eine jede sonstige Cur, allzuschnell abgebrochen, übereilt, schädlich, ja ganz unfruchtbar werden kann, und solche Sauerbrunnengäste sich selbst den Schaden, die üble, schädliche Würkung auf solche Art zuziehen, die ihnen solche nicht sorgfältig genug gebrauchte Sauerbrunnen verursachen, statt der sonst gewiß von solchen Sauerbrunnen zu erwarten gewesenen vorzüglichen guten

ten und erwünschten Würkungen und Heilkräften. So weit kürzlich Baumer, jezo ist uns noch übrig die oben versprochene, bestens empfohlene Marcardische Lebens-Ordnung bei Sauerbrunnencuren beizufügen, als ein kurzer Anhang, der daher jezo nachfolgt.

An-

Anhang.

Lebens=Ordnung bei der Brunnencur.

von Marcard.

Ein Brunnengast muß strenge seyn in der Lebens=Ordnung, nicht allein im Essen und Trinken, sondern im ganzen Verhalten. Man sey lieber ein wenig pedantisch in diesem Stücke, als ungebunden und leichtsinnig. Wer gesund werden will, der muß es ernstlich wollen, so erreicht er manchmal seinen Endzweck. Wer immer hin und her schwankt, wie ein schwaches Rohr, zwischen dem, was ihm angenehm, und zwischen dem, was ihm nützlich ist, der kommt nicht zum Ziel, der hat seine Krankheit lieb, und mit Misvergnügen ist man sein Arzt.

Es wäre unmöglich, allgemein geltende Vorschriften zu geben, denn ein jeder Mensch braucht beinahe seine eigene Diätetik. Marcard sagt also hier nur etwas über die Lebensordnung, und hält sich dabei an das, was am gewöhnlichsten ist; aber er will keine allgemeine und vollständige Lebensordnung entwerfen, und am wenigsten

sten das ganze Register der Nahrungsmittel kritisch durchgehn.

Nachdem man des Morgens in der Frühe den Brunnen ordentlich unter Abwechselung von Bewegung und Ruhe, getrunken, und wenigstens eine gute Stunde darauf gewartet hat, so darf man das Frühstück nehmen, wenn man ein Bedürfniß fühlt.

Wen nicht hungert nach der Brunnencur, der sollte auch nichts genießen, wenn er es bequem bis Mittag aushalten kann. Es gibt Leute, die niemals frühstücken: wenn sie diese Gewohnheit auch bei der Cur ohne Beschwerde beibehalten können, so thun sie nicht übel, wenn ihnen vielleicht der Brunnen nicht auf den Stul wirkt, oder sie ihn in kleiner Menge trinken.

Bei den meisten ist aber nach dem Brunnen das Verlangen etwas zu genießen, sehr groß, und viele würden ohnmächtig, wo sie nichts zu sich nähmen. Diese mögen dann frühstücken, was sie sonst gewohnt sind, wenn es sich beim Brunnen paßt. Mehrentheils wird Kaffee und Chocolate mit oder ohne Milch getrunken.

Thee schikt sich so bald nach dem Brunnen nicht recht, Markard sagt, weil er mit den Ue-

ber-

berresten des Brunnens wegen des Eisens im Leibe zu Dinte wird.

Hingegen Wasser und Milch wäre ein unverwerfliches Frühstück für alle diejenigen, welche Milch beim Brunnen vertragen können.

Wer weder Kaffee, noch Chocolate, noch Milch leiden kann, der müßte versuchen, ob ihm geglühter Wein ohne Gewürz, oder eine Weinsuppe aus Wasser, Wein und Zucker, und ein wenig Eygelb, bekommt, oder Habersuppe, oder eine Panade, oder etwas Bouillon. Mancher befindet sich am allerbesten bei einem halben Glase guten, allenfalls auch süssen Wein, der nicht zu hizig ist, und der mit etwas gutem leichten Biscuit genossen wird.

Ein jeder suche sich hier also aus, was er brauchen kann, oder erfinde sich was bessers, wenn er sinnreich ist; ich denke, ein Glas recht gutes englisch Bier, oder Braunschweiger Mumme könnte manchen Morgen recht angenehm seyn, und einigen sollte Milch wohl bekommen, die mit einem Löffel voll Franzbrandtwein vermischt wäre.

Mancher will auch zum Frühstück essen; das muß denn aber etwas recht leichtes seyn, Zwieback oder recht gaares, nicht ganz frisches Waizen-

 brodt,

brodt, am liebsten ohne Butter. In Pyrmont hat man die Kaffebrodte, die recht gut sind.

Marcard sagt darum so viel vom Frühstück, weil sich viele Brunnengäste, wegen der großen Eßlust, die das Pyrmonter Wasser macht, schon eine Stunde nach der Cur so jämmerlich verderben.

Marcard spricht: ich weis wohl, daß es Straußenmagen giebt, die alles verdauen, aber diese können nicht zum Muster dienen. Wenn eine solche Magenheldin bei dir an dem großen Dejeuné sizt, und viele Tassen Kaffe mit fetter Milch, eine Anzahl pappiger Citronenbrodte mit Butter, dann wieder Erdbeeren mit Milch, darauf Kirschen ißt, und sich endlich den Magen mit etlichen Orangeschaalen stärkt, und versichert, daß ihr die Cur gut anschlage: so denke du, die Gaben der Menschen sind mancherlei, dem einen ists zu Theil worden, tüchtig zu essen, und gut zu verdauen, der andere erhielt die Tugend der Enthaltsamkeit.

Nach dem Frühstück, bei dem man sich ohngefehr eine Stunde ausruht, und bei dem auch allenfalls die Tobakraucher eine Pfeife Toback in freier Luft rauchen mögen, wenn sie es nicht lassen, und es beim Brunnen vertragen können,

macht

macht man noch wieder einige Bewegung, wenn die Luft angenehm ist, geht zu Pferde, wenn man nicht badet, oder findet sonst eine angenehme Unterhaltung in der Gesellschaft, die sich gewöhnlich noch in der Allee in den Boutiquen, und in den beiden Ballhäusern in Pyrmont verweilet.

Schreiben, und mit einiger Anstrengung lesen, rathet Marcard Niemanden an. Es giebt solche, die es vertragen können: aber die meisten spüren unangenehme Empfindungen davon im Kopfe, und fühlen, daß es die Augen merklich angreift und schwächt. Wer das Kartenspiel blos zum Vergnügen treibt, und glaubt, sich genug bewegt zu haben, der mag auch allenfalls ein Stündchen spielen.

Solche aber, deren auch gefunden werden, die gleich nach dem Frühstük an den Spieltisch fallen, und wie angeleimt daran sizen, glauben, nach dem Frühstük seyen sie keine Curgäste mehr, die gar durch hohes Spiel unangenehme Leidenschaften in Bewegung bringen: das heißt gewiß schlecht für die Gesundheit gesorgt.

Aller Wahrscheinlichkeit nach sahe man einmal in Pyrmont, eine tödtliche Verhaltung des Urins, vom unablässigen Sitzen und Zurükhal-

ten dieser Ausleerung beim Spieltische während der Cur.

Vor dem Mittagessen sollte man sich eine Weile ruhig halten, und dann, mit Maaßen, und mit gesunden Speisen, den Hunger befriedigen, der auf den Brunnen zu folgen pflegt.

Jedermann weis beinahe, was Brunnendiät und Brunnenkost ist. Gute Fleischbrühe ohne Gewürz, wenn nicht besondere Naturen, Gewohnheiten und Landsarten etwas anders fodern, junge, leicht verdauliche, zarte, und nicht zu sehr blähende Gemüse, sonderlich Wurzelwerk, gutes, zartes, mürbe gekochtes, und am liebsten gebratnes Fleisch, leichte gesunde Fische und gutes Brod, sind die besten Nahrungsmittel für einen Brunnengast.

Alles fette, alles geräucherte und gepökelte Fleisch, Schweinefleisch, das zähe Hirschfleisch, und überhaupt alles Fleisch, was nicht mürbe ist, taugt gar nichts, so wenig wie frisches pappiges Brod, Buttergebackenes und Blättertaig für einen Magen, der durch die Cur verändert ist. Kohl verträgt nicht jeder dabei; rohe Salate mit Essig und Oel passen sich für gewöhnliche Magen nicht bei der Cur, daher man sie auch in Pyrmont den Curgästen niemals schickt.

Ge-

Gekochte Früchte vertragen die meisten beim Brunnen, aber rohe Erdbeeren und Kirschen, so herrliche Früchte es sind, kann nicht jeder Magen dabei leiden; man sieht alle Jahr die heftigsten Colliken und Durchfälle dadurch entstehen, obgleich wieder andre sie in Menge und ohne Nachtheil essen.

Gefrornes vertragen viele recht gut, sowohl in Früchten als in Milch, und die Cur an sich macht dagegen keinen Einwurf; ein Jeder muß sich probiren, und wissen, was er leiden kann.

Wie man sich nun bei Tisch mit dem Trinken zu verhalten hat, so ist guter Wein mit Wasser vermischt das beste.

Deutsches Bier bekommt wenigen beim Brunnen gut, weil es meistens viel bläht. Und Pyrmonter Wasser bei Tisch mit dem Wein zu trinken, däucht Marcard für einen, der die Cur trinkt, auch nicht recht schicklich.

Wer etwas Schmakhafteres mit dem Weine trinken will, als gemeines Wasser, der thut in Pyrmont besser, von dem lieblichen Säuerling zu nehmen, der ein so außerordentlich leichtes und feines Wasser ist, und mit dem Weine vermischt, sehr angenehm schmekt.

Nach d:m Essen mag man auch eine Tasse Kaffe trinken, wer ihn vertragen kann, nur von allem erlaubten nicht zu viel; Kenner versichern, der Kaffee solle, mit dem Pyrmonter Stahlbrunnenwasser gekocht, ganz vorzüglich gut schmecken.

Den Nachmittag soll man suchen angenehm hinzubringen, und dazu ist in Pyrmont Gelegenheit genug, die mannichfaltige Gesellschaft, die schöne Gegend, die herrliche Spaziergänge, Musik, Schauspiel, die Bälle und das Spiel sind Quellen genug für ganz verschiedene und entgegenstehende Neigungen; man sollte auch die Bewegungen und mässige Leibesübungen nicht versäumen; des Nachmittags, wenn man nicht wieder Brunnen getrunken hat, darf man wohl Thee nehmen, wer ihn liebt oder daran gewöhnt ist; man findet auch sonst angenehme und sehr gute bereitete Getränke in der Allee, als Limonade, Bavaroise und andere, auch fast beständig Gefrornes.

Das Abendessen muß sehr mässig seyn, und aus leichten Speisen bestehen, damit die Nachtruhe gut sey, und man des folgenden Morgens mit leichtem Körper die Cur nehme. Wassersuppen, auch Fruchtsuppen, die leichtesten Gemüse, die feinsten Fische und zartes Fleisch, sonderlich Geflügel, sind die besten Gerichte dazu.

But=

Butterbrod ist immer ein schweres Abendessen, aber für einen Brunnengast taugt es gar nichts. Viele befinden sich am besten, wenn sie des Abends gar nicht essen, andere wenn sie blos etwas gekochtes Obst nehmen, einige bei Milchsuppe oder bei Habersuppe.

Marcard wünscht sich, daß er Beredsamkeit und Salbung hätte, um die Mässigkeit im Essen so zu predigen, daß jeder Brunnengast sich daran kehrte. Man glaubt kaum, um wie viel Gutes, das die Cur wirken würde, täglich gestört wird, blos wegen der immer wiederkommenden Unverdaulichkeiten.

Der Hunger, den das Pyrmonter Wasser bei den Meisten verursacht, ist zwar eine sehr schöne und selbst eine angenehme Wirkung. Einige Epikuräer wissen dieses recht gut, und trinken gern alle Morgen ein Glas Pyrmonter Brunnen, blos um sich Appetit zu verschaffen. Aber diese an sich gute Wirkung wird, sonderlich bei der Cur, nachtheilig, wenn nicht die Mässigkeit ihr einen Zaum anlegt.

Des Abends ist es sehr nöthig, sich bei guter Zeit zur Ruhe zu legen, damit man am folgenden Morgen frisch und leicht sey, wenn man früh zum Brunnen geht. Es ist des Abends spät oft neblicht, vom Thau feucht, auch nach

einem warmen Tage zuweilen ziemlich kühl: so daß man sich leicht erkältet, wenn man spät ausgeht. Außerdem sind auch die Brunnengäste vom frühen Aufstehn und vielen Bewegungen gemeiniglich ziemlich ermüdet. Marcard hält daher nicht gar viel von den späten Abendpromenaden für Brunnengäste, ausgenommen, wenn das Wetter bei Tag so heiß war, daß man sich nicht viel bewegen konnte, sondern viel saß, und dann ein schöner Abend folgt.

Es ist eine der nothwendigsten Vorsichtigkeitsregeln für Curgäste, daß sie sich vor Verkältungen hüten: daher müssen sie jeden Tag und jede Tagszeit ihre Bekleidung nach der Witterung und nach der Beschaffenheit und Temperatur der Atmosphäre einrichten und verändern, und nicht nach der Mode.

Daher sind nicht allein Sommerkleider, sondern auch wärmeres Zeug nöthig, welche sie mitbringen müssen: denn zwischen den Bergen von Pyrmont, so wie überhaupt in diesen Gegenden von Deutschland, giebt es zuweilen mitten im Sommer einen Tag, der empfindlich kalt ist, so wie es manchmal im December und Januar einen angenehmen Frühlingstag giebt.

Man hält sich wohl über die Furcht vor Verkältungen auf: wenn nun aber ein Curgast sich ein

Fluß-

Flußfieber, oder einen beträchtlichen Husten, Halsweh und dergleichen zuzieht, wie es doch alle Sommer in Pyrmont geschieht, verliert er nicht alsdann zuweilen acht bis 10 und mehrere Tage von seiner Cur, um die er viele Meilen hergereiset war? Und ist nicht die Verhütung eines solchen Verlusts der Vorsicht wohl werth?

Marcard schreibt: ich habe erlebt, daß durch solche Verkältungen die ganze Cur, die sich sehr gut anlies, völlig vernichtet wurde. Wer also für sich sorgt, der hüte sich dafür bei Tag, und sonderlich an kühlen Abenden.

Bewegung und Leibesübung ist ein sehr wichtiges Stück in der Lebensordnung eines Brunnengasts, und soll einen großen Raum der Curzeit ausfüllen, die nun einmal ganz der Gesundheitspflege gewidmet seyn muß. Marcard sagte zwar, es sey gar nicht nöthig, daß man während des Wassertrinkens am Morgen so unablässig auf- und ablaufe, man thue besser, auch zuweilen ein wenig zu ruhen, und das Reiten, zum wenigsten starkes Reiten, tauge gar nicht zwischen dem Trinken. Man muß aber hieraus nicht schließen, Marcard verkenne den Nuzen der Bewegung bei der Brunnencur. Marcards Meinung ist, man sollte sich den ganzen Tag hindurch

durch viel Bewegung machen, und so viel, als nur irgend mit Vergnügen geschehen kann.

Selbst diejenigen, welchen es besser bekommt, den Brunnen des Morgens im Bette zu trinken, sollten an den übrigen Theilen des Tages sich doch fleißig bewegen. Aber nicht zur Unzeit, und bis zur Ermüdung, oder gar bis zur Erhizzung und zum Uebernehmen der Kräfte, sollte man bei der Cur die Leibesübung nie treiben, man muß oft die Bewegung unterbrechen durch Ruhe. Das Beklettern der Berge ist nur für wenige Brunnentrinker rathsam, so wie überhaupt alles, was den Schweiß sehr hervortreibt, dem man so viel als möglich bei der Cur ausweichen sollte, besonders so lange man das Wasser im Leibe hat: denn in vielen zerstört er offenbar die gute Wirkungen der Cur, und arbeitet den Endzwecken derselben entgegen.

Etwas vortreflich heilsames und gedeihliches für die Gesundheit liegt in der Bewegung des Körpers. Nichts stärkt so gewiß, und auf eine so gute Weise, nichts erhebt die Thätigkeit aller Organen des Körpers so nachdrücklich, und nöthigt sie ihre Pflicht zu thun: jedermann fühlt auch, wie wohlthätig und nüzlich sie ist, und zumal bei einer Brunnencur. Jedes Ding aber

hat

hat sein Maaß, und man muß sich erinnern, daß auch Leibesübungen übertrieben und alsdann nachtheilig werde können.

Ein sehr verächtliches und frivoles Leben ist gewiß das Leben derjenigen, deren ganze Existenz hauptsächlich aus Schlafen und Essen und Exercice besteht. Dieses ist wirklich der Lebenslauf von manchen sogenannten Vornehmen. Der Körper mag dabei eine Zeitlang ziemlich gesund seyn, aber die arme Seele muß dabei, wie man auch genug sieht, jämmerlich zusammenschrumpfen.

In Pyrmont übertreiben, wenigstens die Curgäste weiblichen Geschlechts, die Leibesübung nicht: vielmehr ist es Marcards große Klage, daß sie nicht genug darinn thun, und hieran ist nichts anders Schuld, als die ganz und gar weibliche Lust am Kleiderputz. Ein nach heutiger Weise angezogenes Frauenzimmer in Pyrmont, das eingeschnürt und eingezwängt ist, in deren Kleidung und Kopfputz der geringste Wind schon erhebliche Verwüstungen anrichtet, ist zu Leibesübungen völlig ungeschikt. Es kann bei stiller Luft in den Alleen ein wenig umherschweben, aber unmöglich sich recht bewegen, wie es sollte, und ein Gang nach dem Königsberge wäre schon viel zu weit in einem solchen Zustande zu gehn.

Marcard hat zwar schon vom Putz geredt, aber er kommt hier noch einmal damit zurück, um alle verständige Frauenzimmer um Rath zu fragen: wie dem Ding abzuhelfen sey? Denn zu seinem Leidwesen spricht er, müsse er bekennen, daß doch im Sommer 1784 wieder etwas zu viel Kleiderprunk, wenigstens bei einigen im Schwange war: uud es ist ein Unglück, daß hierinn zuweilen so viel von dem Beispiel einiger wenigen steifen und putzergebenen Damen abhängt.

Wenn Marcard sagt, daß der jezige Anzug im Grunde häßlich sey, daß er allen Weibern die Gestalt von Wespen gebe, und die schöne Gestalt des menschlichen Leibes ganz verstelle und verschimpfe; so hilft dieses nichts: denn die Mode will es so, und die häßlichste Mode ist schön, so lange sie währt. Wenn die Mode wollte, alle Damen sollten aussehn, wie Scorpionen, wie Nachteulen, oder wie Seepferde, so wäre sie doch schön. Marcard muß daher suchen andere Gründe vorzubringen, wodurch er während der Cur zu Pyrmont den Putz abrathe.

Gewiß, wer sich durch seinen steifen Anzug unfähig macht, außerhalb der Alleen zu kommen, der verliert durch ein schaales Vergnügen

une

ungemein viel, indem er so wenig von den Schönheiten dieser Gegend genießt; da doch wirklich die Natur hier ausnehmend schön und reizend ist. Es reisen zuweilen Frauenzimmer von Pyrmont ab, die nichts von Pyrmont gesehn haben als die, freilich herrliche, Alleen. Gar wenige denken an Landparthien, auf die man nach dem Frühstück ausfahren sollte, um im Grünen zu essen, und gegen Abend wieder zu Hause zu kommen.

Was nüzt uns aber der Aufenthalt in einer schönen Gegend auf dem Lande, wenn man ihn nicht auf solche Weise oder durch etwas weite Spaziergänge in guter Gesellschaft genießt? Das Frauenzimmer reitet auch viel zu wenig in Pyrmont, und mit Recht darf man wohl sagen, daß der Anzug häuffig von allem diesem abhalte.

Wenn doch alle Jahr eine Dame da wäre, deren Beispiel gölte, und Eindruck genug machte, und die so viel bewirkte, daß man immer Nachmittags in einem eleganten Negligé erschiene, und nur einmal in der Woche im völligen Putz, um doch von Zeit zu Zeit dieser weiblichen Passion Luft zu machen.

Es ist der Gedanke eines Frauenzimmers, daß man allem Unwesen, das aus dem Anzuge her-

herkommt, auf einmal abhelfen könnte, wenn eine bequeme Badeuniform eingeführt würde. Der Vorschlag däucht Marcard vortreflich, aber es ist ihm nur leid, daß er hierinnen keine Stimme zu geben hat, sonst würde es an seinem voto nicht fehlen. Man möchte alles einrichten wie man wollte, wenn nur in Zukunft das Frauenzimmer mehr Bewegung machte, als es bisher viele, freilich nicht alle, gethan haben.

Unter den Leibesuebungen für Curgäste steht nun auch das Tanzen wie Unkraut unter dem Waizen. Doch nicht ganz so arg; denn Marcard hat wirklich Brunnengäste, insonderheit unter dem Frauenzimmer gekannt, die behaupteten, das Tanzen bekomme ihnen gut.

Nervenkrankheiten haben manchmal sehr viel Eigenes, und auch darinn, daß Dinge dabei gut bekommen, die allen andern Menschen schaden. Beinahe auf diese Art allein begreift man, wie die Erhizungen des Tanzes im Sommer und bei der Brunnencur zuträglich seyn können; zum Glücke fällt in Pyrmont auch wenig Brunnengästen ein zu tanzen, und die Bälle und Masqueraden haben doch darum ihren guten Fortgang; denn es sind immer so viel Gesunde hier, daß man in langen Reihen tanzen kann, ohne eines Brunnengasts dazu zu bedürfen. Uebrigens

ist

ist die Einrichtung der Bälle zu Pyrmont sehr vernünftig und der Gesundheit sehr gemäs: denn gewöhnlich tanzt man nie lange, nie in der heissen Tageszeit, und nie spät in die Nacht. Um 8 Uhr Abends fängt man an, und um 10 Uhr geht jeder nach Hause; und ich wünsche, daß niemals ein Schwindelgeist von einem Tanzgenie nach Pyrmont kommen möge, der so viel Einfluß habe, daß er diese gute Ordnung störe.

Die Gemüthsführung (Regimen mentis), so wenig sich die meisten Menschen darum bekümmern, ist ein sehr richtiger Punkt bei der Linderung und Heilung vieler Krankheiten, und gehört daher auch in die Lebensordnung bei der Brunnencur. Die Seele hat ihre Diät wie der Leib, und beinahe ein jedes Individuum hat seine eigene. Wer nicht gedankenlos über alles hingeht, sondern sich beobachtet und prüfet, der wird auch hierinn finden, was ihm heilsam sei.

Es gibt einige feste Constitutionen, die es recht wohl vertragen können, bei der Brunnencur ihre Geisteskräfte anzustrengen, mit dem Kopfe zu arbeiten, zu studiren und anhaltend zu denken.

Marcard ist als ein großer Gelehrter bekannt, der im Stande ist, während seiner Brunnencur

Abhandlungen zu schreiben; aber sehr wenige haben solche Kräfte. Mehrentheils ist der Körper bei dieser Cur empfindlicher; wird leichter überspannt; mancher kann nicht ohne Nachtheil dabei einen Brief schreiben, er leidet darnach Kopfschmerzen, Schwindel und Unbehaglichkeit. Solche kleine Beschäfftigungen vertragen indeß doch die meisten, wenn sie nicht eine unschickliche Zeit dazu wählen, wie etwa unmittelbar nach dem Brunnen, oder gleich nach der Mahlzeit. Aber große Anstrengung der Seelenkräfte, sie mag mit Arbeit oder mit der Wollust des Enthusiasmus verbunden seyn, verträgt nicht leicht jemand, ohne üble Folgen und unangenehme körperliche Empfindungen davon zu leiden. Also auch die angenehme Schwelgerei des Geistes (debauché d'esprit,) wenn sie auch noch hinreissender wäre, als die der Sinne, kann bei der Brunnencur keine Statt finden.

Die Einbildungskraft und die Leidenschaften bestimmen eigentlich die Zufriedenheit, das Glück oder das Unglück des Menschen, von seiner geistigen Seite her. Und weil sich schwerlich große Fortschritte, zur Herstellung von körperlichen Krankheiten, machen lassen, so lange von innen her, von der moralischen Hälfte des Menschen, etwas entgegen wirkt: so ist es also nothwen-

wendig, zu einer, für unsre Zwecke vernünftigen Gemüthsführung, hierauf die vornehmste und größte Aufmerksamkeit zu richten.

Ein zufriedener, ruhiger und heiterer Zustand des Gemüths ist von der größten und augenscheinlichsten Wirkung auf den Körper, sonderlich bei empfindlichen Temperamenten. Bei solchen gehen alle Funktionen des Körpers in der schönsten Ordnung, in der völligsten Harmonie vor sich, so lange ihr Gemüth in einer angenehmen Stimmung ist, Einbildungskraft und Leidenschaften nichts darinn verwirren. Hingegen verschwindet aller dieser Einklang, entsteht an allen Enden lauter Unordnung, ohne daß ein wahrer Krankheitszustand da wäre, so bald diese Heiterkeit der Seele aufhört.

Sehr vieles hängt hierinn von den Dingen ausser uns ab, von dem, was uns umgibt. Daher sollte man bei Krankheiten auf alle mögliche Weise besorgt seyn, diejenigen Dinge wirken zu lassen, welche das Gemüth in eine günstige Verfassung sezen können, und sich selbst wohl beobachten, was dazu beitragen könne.

Die Musik thut bei einigen viel hierinn, wenigstens auf eine Zeitlang, bei andern der Umgang, angenehme Zerstreuung durch ergözende

und mannigfaltige Gegenstände, freundschaftliches Anhängen an andern Menschen, und hundert andere Dinge bei verschiedenen Sinnesarten und Dispositionen. Daher hat auch ein Curort, wie Pyrmont, der in einer schönen Gegend liegt, der angenehme Gesellschaft, Unterhaltung und Zerstreuung gewährt, wo nicht blos Krüppel und Lahme hinkommen, sondern auch fröhliche Menschen, die Vergnügen suchen, und im Stande sind, Vergnügungen zu geben, so viel Vorzüge vor den Bädern, die den ganzen Innbegriff des menschlichen Elends in einer Nuß enthalten.

Was aber auch immer in dieser Hinsicht von den Dingen ausser uns abhängen mag, so beruht doch das wichtigste Stück einer guten und medicinischen Gemüthsführung auf der Regierung der Einbildungskraft und der Leidenschaften.

Wie weit überhaupt die Gewalt der Einbildungskraft über den Menschen gehe, wie ihr Leib und Seele könne unterworfen werden, davon hat man leider! nur gar zu viele Beispiele.

Die Gaukler und Charlatane zeigten es unter andern von allen Zeiten her sehr deutlich, und noch jezt zeigt es der Erzcharlatan und Gaukler Mesmer, der Convulsionen hervorbringt, wo er will, blos durch Hülfe der Einbildungskraft über die Vernunft der Menschen.

Auch

Auch zeigen die Gewalt der Einbildungskraft über die Vernunft der Menschen das ganze Heer der im Finstern in Deutschland umherschleichenden, geheime Weisheit und übernatürliche Künste treibenden Betrüger, an allen den Dummköpfen, die daran glauben, die alles sehen, alles fühlen, und alles für wahr annehmen, was ihnen ein listiger Schelm weiß macht.

Doch von dieser Seite, sagt Marcard, geht mich hier die Einbildungskraft nichts an.

Aber mit seiner Einbildungskraft fertig zu werden, und über sie zu herrschen, muß ein jeder Nervenkranke lernen, um gesund zu werden. Sie allein ohne der Mitwirkung äusserer Dinge zu bedürfen, kann den Menschen in elysische Glückseligkeiten hinträumen. Aber wehe dem, mit welchem sie den entgegenstehenden Weg fortrennt: sie stürzt ihn tiefer, als die Hölle, und führt ihn nur aus einem Schrecknis heraus, um ihn in ein noch grösseres zu stoßen.

Fast alle Hypochondristen erfahren die Wahrheit von dem, was Marcard sagt: sie fürchten alles Uebel, und hoffen nichts Gutes, alles stellen sie sich schwer und unübersteiglich vor, mit Sorge stehen sie auf, und mit Furcht legen sie sich schlafen; daher haben sie keinen Genuß von ihrem

Daseyn, sie haben nur Gefühl für die Bitterkeiten des Lebens, und nicht für seine Freuden.

Schon im gemeinen Leben und bei gesunden Menschen hält die Furcht vor dem Uebel grösser, als das Uebel selbst (metus mali malo major), und die Vorstellung ärger; als die Pestilenz: wie weit schlimmer muß sie also wol nicht wirken, wo die Nerven, die Werkzeuge der Empfindung und der leidenschaftlichen Gefühle schon verstimmt waren, und schon zum Unangenehmen hinüber hiengen? Wie manchen Hypochondristen sah ich, der Todesangst ausstand, weil er sich ohne allen Grund einbildete, es werde ihm jezt gleich ein Blutspeien überfallen, oder ein Schlagfluß, oder die Schwindsucht und Auszehrung stehe ihm bevor, oder irgend eine andere Krankheit! Doch dabei bleibt kein ächter, einigermassen tiefer Hypochondrist stehen.

Das geringste, was sich ein Hypochondrist vorstellt, ist, er werde nie in seinem ganzen Leben wieder eine frohe Stunde haben, er werde seinen Verstand verlieren, und so noch etwas schrecklichers ist, so bildet er sich auch das ein, und glaubt über dieses alles schon den Anfanz davon zu spüren. Die unersättliche, durch traurige Empfindungen in den Nerven in Bewegung gesezte

sezte Imagination hat hieran noch nicht genug, sie überschreitet die Grenzen dieses Lebens, und sucht Schrecknisse in der Zukunft.

So lange man nicht, wenigstens einigermassen, über solche Vorstellungen herrschen lernt, und von dieser Seite der Cur um etwas zu Hülfe kommt, läßt sichs fast nicht erwarten, daß man gesund werden könnte; von der einen Seite reißt sich immer wieder nieder, was auf der andern gewonnen ist. Es ist deswegen unvermeidlich nothwendig, daß man sich in solchen Fällen bestrebe, seine Einbildungskraft zu bändigen oder zu besänftigen; daß man begreiffe und glaube, sie hintergehe uns mit Täuschungen und Unwahrheit; daß man ihrem Fluge nicht blindlings folge, sondern sie abzuleiten suche, durch Wegwendung der Gedanken, von dem, was sie schreckliches zeigt, und Richtung derselben auf einfache, ruhige und angenehme Gegenstände, oder durch Zerstreuung ohne gar zu grosses Geräusch. Aber nichts mäsiget die Ausschweifungen der Einbildungskraft unter solchen Umständen besser, als das geduldige Ausharren dessen, was die Vorsehung geschickt hat, und die stille Ergebung und Unterwerfung unter alles, was sie noch schicken wird.

Ohne daß man sich durch solche Mittel einen Einfluß auf die Einbildungskraft erwirbt, und ihr wenigstens das Alleinherrschen verwehrt, kann man von manchen Krankheiten, selbst durch die besten Curen und Arzneien, nicht befreiet werden: denn sie vermehrt und verschlimmert manches gegenwärtige Uebel, und schafft noch neue dazu. Aber eines von den besten Beruhigungsmitteln der aufgebrachten Phantasie gewährt die Mittheilung seiner Vorstellung an andere. Es ist ein Glück, wenn man jemanden findet, der uns versteht, der zuverlässig genug ist, um sich ihm anzuvertrauen, und um ihm seine Sorge und Noth in den Schooß zu schütten, der auch Seelenarzt genug ist, um zuzureden, zu trösten, die Einbildungen in ihr wahres Licht zu stellen, und mit vernünftigen Mitteln die Wunden des Gemüths zu verbinden, und nicht durch seichtes Geschwätz, oder durch Toben.

Ein noch wichtigerer Gegenstand als die Einbildungskraft sind die Leidenschaften für die Seelendiät. Bei einer Cur, durch welche man Fortschritte zur Gesundheit machen will, müssen nothwendig alle unangenehme Leidenschaften vermieden und entfernt werden, so viel es möglich ist. So lange diese die Herrschaft behaupten, kann keine Zufriedenheit und kein Vergnügen in der

Brust

Brust aufkeimen, man mag anfangen, was man will. Zum Glück aber vermag der Mensch hierinn sehr viel über sich, wenn er es ernstlich will. Wer in dem Fall ist, daß seine Uebel die Folgen moralischer Ursachen sind, die öfter, als man es glaubt, die Gesundheit zerstören, der versuche ja alles, was er kann, und kämpfe mit Fleiß, es verlohnt sich wol der Mühe, denn ohne das ist hier kein Heil.

Wessen Elend sogar von bösen Leidenschaften herrührt, wessen Herz voll Bitterkeit, Rachsucht oder Neid ist, und im vergrellten Sinn hinlebt, wer immer arges denkt, und deswegen immer sorgt: der quält umsonst den Arzt, die Quelle seines Elends versiegt nicht, und er entflieht ihr nirgends, als im Kampfe mit sich selbst; er muß wissen, daß kein Gesundbrunnen in der Welt vermögend sey, die Flecken der Seele wegzuwaschen, wie einige Fehler des Körpers.

Aber mit Mitleid und mit innigem Bedauren seines Unvermögens sieht man diejenigen leiden, welche ein steter und gerechter Kummer über fortdaurende wahre Uebel nagt, denen nicht auszuweichen ist, und die höchstens nur die Gedult lindern kann. Man ergrimmt in seinem Sinne, wenn man sieht, daß sie das Werk böser Menschen, zuweilen mächtiger Böswichter sind, und

wünscht sich für einen Augenblick größere Gewalt. Beruhigung des Gemüths, Stillung der Aufwallungen und duldtiges Ausharren, sind, in solchen Fällen, die einzigen moralischen Hülfsmittel, welche auch die vernunftmäsige Religion aus bekannten und schönen Gründen empfiehlt.

So viel, däucht Marcard, mußte hier über diese Dinge gesagt werden, es möchte etwa jemanden aufmerksam machen, daß er fragte: ist dieß nicht mein Fall?

Man erregt zuweilen heftige Leidenschaften durch das Kartenspiel, zumal durch Hazardspiele, und dieses kann Brunnengästen nicht anders als schädlich und ihren Absichten widersprechend seyn. Es ist wahr, daß in Pyrmont das Spiel nicht bis zur Ausschweifung getrieben werde. Man sagt, das Spiel sey ein nothwendiges Uebel an einem solchen Orte, und hierwider wendet Marcard nichts ein; ein jeder mag spielen, so lang es ihn wirklich ergözt. Aber sobald es die Leidenschaften in Unruhe bringt, so wird es ein schlechtes Mittel sich zu ergözen, und alsdann sollte es ein jeder fliehen. Beträchtlichen Verlust erträgt nicht leicht jemand ohne Misvergnügen, wenn er auch etwas zuzusezen hat. Wer aber nicht viel zu verlieren hat, und wer gar noch dazu krank, und dadurch empfindlicher ist,

der handelt wie ein Narr, wenn er sich durch den ausgelegten Köder anlocken läßt, am Pharotisch zu verlieren, was er mit sich gebracht hatte, um sich dadurch Gesundheit zu erkaufen; denn man muß allemal bedenken, daß die Gefahr zu verlieren bei diesem Spiele größer sey, als die Wahrscheinlichkeit zu gewinnen. Selten geschieht es freilich, daß durch das Spiel in Pyrmont Unglück gestiftet wird; aber den lebhaften Unwillen soll mir auch niemand ausreden, den ich empfinde, wenn etwa jemand um des schnöden Spiels willen misvergnügt weggeht, und dadurch vielleicht elender zu Hause kommt, als er ausgereiset war. Unbegreiflich ist es mir, wie jemand so unklug seyn kann, und wol gar für ehrenvoll hält, sein Geld hier wegzuwerfen, das er hernach den Nothwendigkeiten entziehen muß.

Kein Brunnengast, und kein vernünftiger Mensch sollte sich einfallen lassen, eine Karte zum Hazardspiel anzufassen, wofern er nicht seiner Sache ganz gewiß ist, daß er aufhören kann, wann er will, und daß er niemals weiter gehen werde, als es seine erste Absicht war.

Hiemit beschließt Marcard dieses Capitel von der Lebensordnung, so unvollständig es auch seyn mag; eine Anmerkung fügt er noch hinzu.

Mar-

Marcard sagt, wer da glaubt, alles hinreichend gethan zu haben, indem er während der Cur eine leidliche Lebensordnung beobachtet hat, und nun meint, daß er nach Ausleerung des lezten Glases wiederum aller Ordnung in seinem Verhalten entsagen dürfe, der irret sehr, und dem muß man zurufen: um diesen Preis kaufst du die Gesundheit nicht.

Langwierige und eingewurzelte Uebel fodern nicht allein langwierige Curen, sondern auch ein fortgeseztes, den Umständen gemäßes gutes Verhalten, das sich nicht auf wenige Wochen einschränken läßt.

Ferner.

Von einigen Zufällen, die sich bei der Cur einfinden können, und von einigen Arzneien, deren man zuweilen dabei nöthig hat.

Wer seine Cur ordentlich und vernünftig gebraucht, sich vor allen Fehlern hütet, der führt dieselbe oft bis ans Ende fort ohne die geringste Beschwerde. Obwol aber viele Zufälle bei der

Brunnencur die Folgen von übelm Verhalten sind, so zeigen sich doch auch zuweilen Zufälle, die nicht davon abhängen, und von diesen habe ich hier zu reden.

Eine von den gewöhnlichsten Klagen der Brunnengäste ist, daß sie die Cur im Anfang angreift. Dieses ist aber nicht etwa so zu verstehen, als ob sie viel abführten, und dadurch ermatten, sondern sie fühlen sich ermüdet, unlustig, und haben allerlei kleine Empfindungen, welche sie unter dem Worte angegriffen seyn, zusammen fassen; manche verstehen auch die Eingenommenheit des Kopfs während des Trinkens mit darunter, oder den Brunnenrausch, den beinahe alle darnach spüren.

Wem weiter nichts nach dem Brunnen fehlt, der kann getrost forttrinken, wenn sich anders das Wasser für seine Umstände schickt. Vielfältig ist diese Klage über Angegriffenheit, blos eine Folge der veränderten Lebensart; man steht früher auf, man bewegt sich mehr und länger, ist häufiger auf den Beinen, und diß macht müde und angegriffen. Bei andern wirkt in der That der Brunnen allerlei solche und noch andere Empfindungen, ohne daß dennoch das Geringste daraus zu fürchten wäre, und dieses geschieht bei sehr reizbaren Menschen.

Es ist vielen sattsam bekannt, wie klein oft die Ursachen sind, die große Bewegungen in reizbaren Körpern hervorbringen; es ist daher kein Wunder, daß ein so kräftiges Mittel, wie das Pyrmonter-Wasser, auch in empfindlichen Constitutionen Bewegungen macht, und wie ein Reitz wirkt. Marcard wird sogar zeigen, daß es gewisse Fälle gebe, wo es eben des Reizes wegen sehr vorsichtig muß gebraucht werden; aber bei andern Fällen hat man aus solchen Reizen nichts zu machen, und etwa nur dabei zur Ruhe zu sprechen, oder wo es angeht, sie zu lindern; und das thut zuweilen ein laulichtes Bad aus süssem Wasser.

Nervenkranke aber von der empfindlichsten Gattung irritirt alles, woran sie nicht gewöhnt sind, auch die heilsamste Arznei, und sie müssen durch diesen Weg gehen, oder alles lassen. Es gibt indessen doch allerdings hierinn Grade, bei welchen man nachgeben muß.

Die Folgen der Irritation bestehen bisweilen in Empfindungen, für welche die Kranken keine Namen haben, um sie zu verstehen. Dergleichen Empfindungen aufrührischer Nerven können im höchsten Grade unerträglich seyn, und man würde sie gern mit ziemlich starken Schmerzen vertauschen, dieweil man äusserlich dem Nervenkran-

kranken nicht das geringste ansieht. Man kann sich also vorstellen, wie es auf einen dergestalt Leidenden wirken müsse, wenn zuweilen dumme vierschrötige Aerzte, die von so was sich keinen Begriff machen können, dergleichen für Einbildungen nehmen, und durchaus ihren Weg fortgehen wollen.

Man hat in solchen Fällen nicht blos zu versuchen, ob man die Irritabilität mässigen, und dadurch den Gebrauch des Brunnens erträglich machen könne, sondern zuweilen blos und schlechterdings deshalb ganz davon abzustehen, so lange dieser Zustand dauert.

Ich muß aber hier doch auch warnen, daß sich nicht etwa Leute von lebhafter Einbildungskraft gar zu leicht vorstellen, das Pyrmonter-Wasser irritire sie unerträglich, und sie müssen es daher nicht trinken.

Ebenfalls aus der Reitzbarkeit des Körpers, oder eigentlich der Nerven, entstehen häufig bei dem Pyrmonter Brunnen kleine Zufälle, die nicht so unausstehlich und gar nicht von Folgen sind. Hieher gehören allerlei kleine Krämpfe hin und wieder im Körper, mit und ohne Schmerz, Springen der Muskeln und der Sehnen, auch Kopfschmerz und Schlaflosigkeit; aber haupt-

säch-

sächlich hört man häufig über krampfhafte Schmerzen, Spannen und Ziehen in den Waden, Beinen und andern Theilen des Leibes klagen, aus denen man gar nichts zu machen hat, und die sich oft nach einem Fußbad aus süssem Wasser, oder nach dem Waschen mit einem äusserlich durchdringenden und stärkenden Mittel verlieren; aber selten ist es so stark, daß Mittel dagegen verlangt werden. Merkwürdig ists, daß das warme Mineralbad sie gar nicht vermindert, sondern eher vermehrt, und sehr oft die wahre Ursache davon zu seyn scheint. Diese Arten von Klagen höre ich eben nicht ungern, denn sie geben immer Hoffnung, daß die Cur auf den Körper etwas wirken möchte.

Wahre Schwindel und unnatürliche Schläfrigkeit, nicht die von Ermüdung nothwendig entsteht, können auch oft blos aus gereizten Nerven und krampfhaften Ursachen entstehen; und wenn man hiervon gewiß ist, so darf man deswegen bei der Cur ausser Sorgen seyn. Sollten Unreinigkeiten im Unterleibe davon die Ursache seyn, die lange gesessen haben, und nun durch den Brunnen in Bewegung kommen, aber nicht hinlänglich ausgeführt werden, so sieht man leicht ein, wie zu helfen ist, nemlich indem man gute ausleerende Mittel zu Hülfe nimmt

Kopfschmerzen und Schlaflosigkeit können allerdings auch noch andre Ursachen, als gereizte Nerven, zum Grunde haben, und von erhiztem Blute und andern Unordnungen herkommen, die alsdann die nöthigen Arzneimittel bestimmen müssen.

Es kommt selten vor, daß das Pyrmonter Wasser, wie man sagt, stehen bleibt, und weder durch den Stul noch durch den Harn gehörig abgeht. Die große Menge des geistigen Wesens, welches es bei sich führt, gibt ihm eine Regsamkeit und Durchdringlichkeit, die sich Wege schafft, wo es auch sonst schwer hält.

Zuweilen kommt es aber doch vor, sonderlich bei schlechtem Wetter, nach Diätfehlern, vielem Sizen, Gemüthsbewegungen, Anstrengung des Kopfes, oder mehrern dieser Ursachen zusammen. Alsdann erregt es Aufblähung und Spannen im Unterleibe, Uebelkeit, Angst, Krämpfe und allerlei unangenehme Empfindungen im Kopfe und an andern Theilen des Körpers.

Das Stehenbleiben des Wassers ist mehrentheils die Folge eines krampfhaften Zustands, deswegen hilft ein laulichtes Halbbad von süssem Wasser oft sehr schön dabei, und oft wird es durch erweichende Clystiere und innerliche besänf-

tigende und krampfstillende Mittel abgeholfen, oder durch das Reiben des Unterleibes mit der warmen Hand oder mit warmen Flanell.

Die Schuld ligt manchmal an einer Trägheit und Fühllosigkeit der Organen, und alsdann schärft man die Wirkung des Brunnens vortrefflich durch nebengebrauchte Mittelsalze, die mit ihrem Reize zu Hülfe kommen. Bei einigen vereinigt man den Gebrauch stärkender Mittel mit Nuzen, und aus Ursachen, von denen Marcard bald reden wird.

Wenn auf keine Weise der Brunnen die gehörigen Wege gehen wollte, das hiesse so viel, man vertrage ihn nicht, und müsse die Cur nicht brauchen; aber ich gestehe, daß mir dieser Fall in manchem Sommer nicht vorgekommen ist, und selten ist er also gewiß.

Selten ist es auch, daß der Gebrauch des Brunnens Brechen verursacht, wenn er sonst gehörig durchgeht. Es geschieht doch zuweilen zu Anfange der Cur, wenn Unreinigkeiten von Ueberladungen oder Schleim im Magen sind. In einem solchen Falle wäre es gut gewesen, die Cur mit einem Brechmittel zu beginnen. Das warme Wasser wirkt eher Uebelkeit und Brechen, als das kalte, und daher hat das erstere also den Vorzug in solchen Fällen.

Es

Es gibt manchmal seltene Eigenheit des Magens und noch seltener Localfehler in demselben, die keine Ausdehnung vom Wasser vertragen, und solchen muß man lieber nachgeben.

Marcard sah einst in Pyrmont eine Frau, die seit vielen Jahren, wie sich nachher gezeigt hat, einen äusserst unnatürlich beschaffenen Magen, und an einer Seite eine Erweiterung hatte, die in einer großen und überaus dünnen Blase bestand, wovon sie unsäglich litt. Sie vertrug den Brunnen nicht gut, und hatte doch ziemlich viel zu ihrem Nachtheile davon trinken müssen.

Ein Hypochondrist aber, der dies lieset, muß sich nun nicht gleich einbilden, er habe auch einen solchen Magen, und dürfe deswegen keinen Brunnen gebrauchen, weil ihm etwan eben seine Blähungen eine krampfhafte Empfindung in der Gegend des Magens verursachen, die ihm genau vorkommt, wie jene eben beschriebene Blase, woran er nun gleich auch den Geist aufgeben werde.

Gegen eine große Neigung zum Brechen, um welcher willen kein Brunnen bei dem Kranken bleiben wollte, versuchte ein gelehrter und scharfsinniger Freund, der Herr Hofrath Giesеken, eine kleine Gabe Laudanum, des Morgens vor dem Brunnen, mit erwünschtem Erfolg. Aber Mar-

card spricht: ich würde mich wol hüten, diesen Kunstgriff, so trefflich er in diesem Falle seyn möchte, allgemein anzurathen, wo etwan jemand den Brunnen wieder ausbräche.

Das Opium überhaupt wirkt schön und unschädlich, wo bloße Reitzbarkeit zu heben ist, und solche Bewegungen, die keinen tiefen Grund haben. Aber es ist ein gefährliches und nachtheiliges Mittel, wenn es Bewegungen stillt, die aus beträchtlichen und materiellen Ursachen herrühren, die ganz andere Hülfe fodern, und die durch die Wirkung des Opiums unkenntlich werden.

Stahlwasser, die nicht so viel Magnesia und Salze enthalten, wie das Pyrmonter, können deswegen von vielen nicht ertragen werden, weil sie den Leib verschließen und die nöthige Oeffnungen verhindern; dieses ist eine Klage, die man in Schwalbach und in Spaa sehr häufig höret.

In Pyrmont sind die Klagen über Verstopfungen viel seltener, aber sie kommen doch zuweilen vor. Zuweilen hilft man ihnen ab durch bloße Diät, durch schlüpfrige Speisen, gekochten Obst- und Frucht-Suppen, manchmal durch eröffnende oder erweichende Mittel, Salze, auch nach den Umständen, durch Schwefelmilch, und endlich

auch zuweilen durch gute stärkende Arzneien, von welchen bald soll geredet werden.

Etwas häufiger entstehn zu Pyrmont Durchfälle, weil das Wasser von einigen in zu grosser Menge, nach Verhältniß der Umstände, getrunken wird, oder weil Diätfehler begangen sind. Sonst kann man nicht sagen, daß vom Pyrmonter Wasser für sich Durchfälle entstünden, wenn nicht manchmal die höchste Empfindlichkeit der Eingeweide dazu Anlaß giebt; die reizende Materialien, welche dieses Wasser enthält, wären auch dazu nicht hinlänglich. Die Durchfälle, die aus Diätfehlern, so wie manchmal Coliken und Blähungen entstehen, heilt man natürlicher Weise durch Wegschaffung des verdorbenen am besten, oft blos mit wenig Rhabarbertinctur.

Wen seiner Empfindlichkeit wegen der Brunnen auch in kleiner Menge übermäßig abführt, indessen ihm diese Wirkung nachtheilig sey, und nicht durch anhaltende Mittel zu hemmen wäre, der trinke ihn nicht.

Es entstehen zuweilen bei der Cur, zumal wenn sie etwas stark abführt, schmerzhafte Empfindungen im Mastdarm, die blos vom Reiz herrühren können, aber auch oftmals vom Ab-

gange scharfer verhalten gewesener Materien, und auch bisweilen von hämorrhoidalischen Ursachen. Die Umstände müssen ergeben, was dabei zu thun sei.

Schmerzhaftes Urinlassen entsteht zuweilen bei dem Brunnen, wenn er stark auf diese Ausleerung wirkt. Zuweilen rührt dieses ebenfalls vom Abgange scharfer Materien her; und dann kann es ein sehr guter Vorbote seyn. Bei einigen ist der fortgetriebene Grieß die Ursache; aber oft sind diese Schmerzen Folgen von nicht ganz geheilten venerischen Krankheiten. Man sieht leicht, was etwa hiebei nöthig seyn möchte, wenn ja etwas dabei nöthig seyn sollte.

Es ist eine merkwürdige Beobachtung, die schon lange gemacht ist, die Marcard aber auch selbst gemacht hatte, daß bei dem innern Gebrauch des Pyrmonter Wassers, zuweilen alte Wunden wieder aufbrechen, wenn auch gar kein Bad äusserlich gebraucht wurde. Man sieht daraus deutlich, wie nachdrüklich dieses Wasser auf den Körper wirke. Man braucht sich dieserhalb eben keine Sorge zu machen. Daß man aber noch häufiger bei der Cur Empfindungen in ehemals verlezt gewesenen Theilen und gichtischen Gliedern habe, läßt sich aus jenem leicht abnehmen.

Ich

Ich kann hier nicht von allen Krankheiten reden, und von allen Zufällen, die einen Brunnengast so gut befallen können, wie jeden andern, zu Pyrmont, wie zu Constantinopel.

Marcard spricht: Meine Absicht führt mich nur auf einige Zufälle, die in etwas näherer Verbindung mit der Cur stehen, und deswegen bin ich auch schon meist damit fertig: denn von den Hämorrhoidalzufällen überhaupt, die freilich auch bei der Cur entstehen können, wird genug abgehandelt werden.

Von den Ausschlägen bei der Cur oder dem sogenannten Badfriesel wird unten von den Bädern geredet, weil er häufiger eine Wirkung des Bades als des Brunnens ist.

Sonst kann doch auch der Brunnen zuweilen vor sich einen kleinen Ausschlag auf der Haut hervorbringen, und den Körper solchergestalt, indem er die Kräfte der Natur stärkt, von gewissen Schärfen befreien. Behülflich ist allemal das Bad hierzu sehr, indem es die Haut dahin disponirt, solche Auswürfe leichter zuzulassen.

Es ist nur noch ein kleiner Zufall übrig, der etlichemal in Pyrmont vorgekommen ist, nemlich das Unterlaufen eines Auges, oder einer Stelle im Gesicht, oder an andern Theilen mit Blut.

Marcard bezeugt, er habe ihn ohne alle Folgen übergehn gesehen; und bei alten Körpern ist er etwas ganz gewöhnliches, auch ohne daß sie etwas in ihrer Lebensordnung verändern. Indessen, wenn er bei jüngern Personen und beim Brunnen vorkommt, so scheint doch das Blut dabei in einiger Bewegung zu seyn, und ich würde deswegen allemal kühlende Mittel, oder wenn die Umstände darnach wären, einen Aderlaß dabei anrathen, auch wohl die Cur einen Tag aussetzen lassen. Sollte auch die Aufmerksamkeit, die ich auf diesen Umstand richte, zu groß seyn, so kann doch die Vorsicht niemalen schaden.

Nun ist noch von einigen Arzneien die Rede, deren man sich oftmals bei der Cur mit Nuzen bedient. Das erste sollen die Magenmittel oder Magentropfen von bitterer Art seyn, die sehr viele Curgäste nehmen.

Man kann nicht sagen, der Pyrmonter Brunnen schwäche den Magen, dieses wäre lächerlich, weil man ihn oft mit dem größten Erfolge trinkt, um den Magen zu stärken. Indessen zeigt sichs doch, daß bei manchen während der Cur die Verdauung besser geht, wenn man bittre Mittel vor dem Essen nimmt. Der scheinbare Widerspruch verschwindet, wenn man bedenkt, daß in

den Eingeweiden solcher Personen, die wenig und schwache Galle erzeugen, durch das viel getrunkene Wasser, dieser Saft zu sehr verdünnt, verspült, und abgeführt werde, weswegen eine Ersezung desselben durch bittere Arzneien nöthig ist. Alle bedürfen daher dieses Mittels nicht, wenn ihre Galle ohnehin kräftig ist, und der Magen das nöthige Feuer hat. Bei einigen hat er es nicht, und diesen bekommen alsdann die Magenmittel, welche nicht blos bitter, sondern auch etwas gewürzhaft und mit Wein bereitet sind, am besten.

Man sollte an jedem schiklichen Orte gegen den nachtheiligen Gebrauch der Magentropfen warnen: viele schaden sich damit mehr, als sie glauben. Wer deswegen schlecht verdauet, weil er Stockungen in den Eingeweiden hat, wie kann dem eine Essenz was helfen, die zwar den Magen für kurze Zeit reizt, und durch eine behagliche Empfindung von Wärme ihm ein Gefühl giebt, als ob alles Uebel gehoben wäre, aber seine Stockungen aufräumen kann sie gewiß nicht, hingegen sehr wohl sie vermehren.

Für manchen Magen wären die erschlaffenden Molken und die kältenden Mittelsalze weit gründlichere Stärkungsmittel, als die kräftigste Wermuthessenz und der erwärmendste Aquavit.

Mit dem größten Nuzen kann man zuweilen den Gebrauch ganz verschiedener Arzneien mit der Wassercur verbinden, je nach der Beschaffenheit des Körpers und der Krankheit, so wie man hingegen weit häufiger gar keine Mittel dabei zu nehmen hat.

Nichts kann jedoch abgeschmakter seyn, als der Grundsatz, den Erzdummköpfe in Pyrmont haben einführen wollen, daß man bei dem Brunnen keine andere Arzneien brauchen müsse, damit man sehe, was der Brunnen wirke.

Kranke gehen nach Pyrmont, nicht um Observationen über den Brunnen zu machen, sondern um gesund zu werden, und wenn sie vernünftig sind, so folgen sie vernünftigen Räthen, ohne sich durch solche erbärmliche Gründe irre machen zu lassen.

Es würde mich aber viel zu weit führen, sagte Marcard, wenn ich mich hier tief einlassen wollte, und versuchte, zu zeigen, wie der Arzt hier zuweilen sinnreich die Wirkung des Brunnen vermindern und vermehren könne, oder ihr diejenige Richtung geben, die nach den Umständen die vortheilhafteste ist, oder endlich beitragen, daß der Brunnen besser gelitten wird, wenn sich hier eine Schwierigkeit findet. Ich will hier nur von einer Verbindung reden, nemlich

lich von dem Gebrauche einiger stärkenden oder tonischen Arzneien neben dem Brunnen, wovon ich doch hier etwas zu sagen habe, das man sonst eben nicht in medicinischen Büchern findet.

Aerzte, die aufmerksam sind, müssen oft genug bemerkt haben, daß abführende Arzneimittel in einigen Körpern gerade das Gegentheil von ihrer gewöhnlichen Wirkung thun, und Verstopfung hervorbringen statt offenen Leibes. Weil dieses gewöhnlich mit andern krampfhaften Zufällen begleitet ist, so ist der größte Grund da, diese verkehrte Wirkung auf einen krampfhaften Zustand zu schieben, der durch das reizende Mittel in den allzu empfindlichen Därmen hervorbringt, und sie zusammenschnürt, anstatt sie zu nöthigen, sich auszuleeren. Daß nun aber eben diese abführende Mittel in kleiner Menge, wenn sie mit stärkenden verbunden werden, in vielen Fällen stärker und sicherer abführen, ist ein nicht sehr bekannter Umstand.

Marcard soll schon vor 10 Jahren die Beobachtung gemacht haben, daß der Kampfer zuweilen die Ausleerungen, es sey durch Brechen, oder durch Abführen, sehr unterstüze, und habe dieses in einer Abhandlung, die verschiedentlich gedrukt ist, z. E. in seinem medicinischen Versuche im 2ten Bande S. 194. bekannt gemacht

macht. Seitdem hat er diese Wirkungen vom Kampfer wieder gesehen, und so gar gefunden, daß er zuweilen Vorsicht erfordere, wenn ein Brechen durch Arzneien oder von Natur unterwegens ist.

Etwas ähnliches sahe Marcard auch von der virginischen Schlangenwurzel. Seitdem lernte er durch einen grossen Arzt, seinen verehrungswürdigen Freund Zimmermann, von dem er vieles gelernt hatte, ein kleines fast unbekanntes Buch kennen, worinn die merkwürdige Erfahrung vorkommt, daß in vielen Fällen der Cremor tartari, wenn er auch nur in ganz kleinen Gaben, aber mit zwei Drittheilen China-Pulver versezt, genommen wird, ungleich leichter und sicherer Oeffnung verschafft, als wenn man ihn für sich allein gebraucht.

Alle diese Thatsachen, sagt Marcard, scheinen meine ehemalige Vermuthung zu bestätigen, daß wegen einer gewissen Schwäche, Reizbarkeit oder Unthätigkeit der Därme, sie zuweilen dem Teige des abführenden Mittels nicht genug, oder unrichtig, oder allzustark antworten, und daß es daher nöthig sey, in einigen Fällen ihre Kraft zugleich zu unterstüzen, damit ihre Reaction nachdrücklicher und zwekmäßiger werde.

Vielleicht ist vornemlich aus der Ursache ein Stahlwasser, das abführende Materialien auch nur in geringer Menge besizt, abführend, weil diese Stoffe mit dem stärkenden Eisen und der Luftsäure verbunden sind.

Meine Erklärung kann irrig seyn, aber richtig ist es hingegen, daß bei einigen Personen der Pyrmonter Brunnen für sich nicht, oder nicht beträchtlich auf den Stuhl wirkt, und es dann doch thut, wenn stärkende Arzneien daneben gebraucht werden. So sind verschiedene Curgäste dem Marcard vorgekommen, deren Umstände es nöthig machten, daß die Cur abführend sey und bei denen dieser Endzweck hinlänglich erreicht wurde, wenn man neben dem Brunnen, Quassia=Extrakt, oder Chinasalz, oder ähnliche Mittel gab. Es hat seinen Nuzen, dieses zu wissen, weil doch bei den meisten Curgästen der Brunnen am besten bekommt, wenn gehörige Oeffnung dabei ist, wenn nur diese nicht blos von wässeriger Beschaffenheit, sondern breihaft ist, und Materie mit wegnimmt.

In der That, nicht blos Brunnengästen, sondern einem jeden ist eine solche gute gebundene Oeffnung wünschenswerth, so oft sie sich einstellt, und bekommt ihm wohl. Zuweilen entsteht eine Verlegenheit bei Brunnengästen, wie man

man dieses am besten bewirken könnte, wenn etwa für Salze und andre eröffnende Mittel der Fall nicht ist, und alsdann kann der Gebrauch stärkender Arzneien äußerst zuträglich seyn.

Man hat häufig zu beobachten geglaubt, daß der Pyrmonter Brunnen an der Quelle nicht so stark auf den Stuhl wirke, als abwärts. Ist dieses gegründet, so scheint wohl die Ursache darinn zu liegen, daß er an der Quelle zu viel von dem geistigen Wesen hätte, dem sehr leicht abzuhelfen wäre, wenn man ihn ein wenig verdunsten ließe. Ich habe aber noch einige Zweifel an der Richtigkeit dieser Bemerkung, und es ist etwas schwer, wenigstens gehört lange fortgesezte und oft wiederholte Beobachtung einer und derselben Naturen und Körper dazu, ehe man von ihrer Zuverläßigkeit versichert seyn kann. Es ist so gewöhnlich, daß Körper sich in diesem Stücke sehr verändern, daß ihnen dieselben Mittel zu verschiedenen Zeiten ganz ungleich wirken. So geht es offenbar auch mit dem Brunnen, der nicht immer gleich an der Quelle wirkt, das einemal wie das andere, und nicht immer gleich abwärts. Zufälliger Weise entstand daher vielleicht jene Beobachtung irrig. Wenn aber die gleiche Personen viele Jahre an der Quelle und wechselsweise viele Jahre abwärts getrunken, und je-

jedesmal bemerkt hatten, daß er sie an der Quelle weniger purgire, und abwärts jedesmal mehr: so finden dann keine Zweifel mehr statt. Ich kann nicht sagen, zuverläßige Erfahrungen darüber zu haben, vielmehr däucht mich, es wechsle ab, bald sey die Wirkung an der Quelle stärker, bald abwärts, nach der verschiedenen gegenwärtigen Beschaffenheit des Körpers.

Betrachtungen über die Nachwirkung.

Einige Kranken bedenken zu wenig, was ihnen dient, und andre treiben ihre Zweifel und Besorgnisse über alle Schranken hinaus. Für diese leztern eine Brunnencasuistik zu schreiben, wäre kleines Unternehmen, wozu der Raum hier viel zu eng seyn würde. Ich muß mich also begnügen, nur einige Fragen zu beantworten, die hauptsächlich oft vorkommen.

Es entstehn zuweilen Bedenklichkeiten, ob man Alters halber den Brunnen trinken dürfe, die sich nicht beantworten lassen, ohne daß man von der besonderen Beschaffenheit desjenigen, den

es betrift unterrichtet ist. Die Jahre entscheiden hier nicht, sondern der Gesundheitszustand.

Mancher ist im 60sten Jahr schon ganz abgelebt, und ein anderer noch nicht im achtzigsten. Ist die Maschine abgelaufen, und die Räder abgenuzt: so kann keine Arznei und kein Brunnen sie wiederherstellen und aufwinden. Wo aber ein Krankheitszustand vorhanden ist, für den sich der Pyrmonter Brunnen schikte: so machen auch die Jahre für sich dawider keinen Einwurf. Natürlich ist es, daß man bei einem alten Körper immer mit grösserer Vorsicht zu Werke gehen muß, weil manchmal Fehler vorhanden seyn können, die man nicht wähnt, wie: große Stokkungen in den Eingeweiden, Verschließungen der Canäle, dünngewordene Wände wesentlicher Gefäße, oder andere dergleichen wichtige Ursachen gefährlicher Zufälle, bei denen alle Mittel, die mit Nachdruck wirken, schädliche Folgen haben können. Daher ist es immer zu rathen, daß man im hohen Alter auch die Brunnencuren, so wie alle bedeutenden Curen, gelind anstelle.

Daß Kinder von sehr zartem Alter den Brunnen mit der größten Sicherheit und oft mit herrlichem Nuzen gebrauchen können, ist durch so viele Beispiele so wohl erwiesen, daß aller Zweifel darüber wegfällt. Die Masse des Wassers, das

das man trinken läßt, muß allerdings mit dem Körper im Verhältniß stehen, und beinahe allgemein sollte man wol Kindern den Brunnen mit Milch vermischen, wenn nur irgend die Milch für den Krankheitszustand paßt. Es ist eine Freude zu sehen, in wie kurzer Zeit manchmal die Kinder bei der Cur an Kräften zunehmen, munter werden, wieder aufblühen, und unleugbar beweisen, daß der Brunnen stärkende Kräfte habe!

Schwangere Frauen bestehen zuweilen auf Brunnencuren, aber sie sollten nie daran denken. Sie wollen sich das Brechen oder andre Zufälle der Schwangerschaft damit vertreiben, und behaupten, die Cur werde ihnen nicht so viel schaden, als das was sie leiden: aber sie wissen nicht, daß der Pyrmonter Brunnen, durch den Trieb auf den Stuhl und den Urin, und durch die Wirkung, die er auf den Umlauf des Bluts hat, leicht einen Mißfall verursachen könne, und wirklich zuweilen verursacht hat. Es ist wahr, daß zuweilen ohne allen Nachtheil Pyrmonter Wasser von Schwangern getrunken wurde, indem sie noch nicht wußten, in welchen Umständen sie waren; indessen ist es doch der Vorsicht gemäß, solche Fälle nicht zum Muster zu nehmen, und vielmehr sollte man die wenigen Monate abwarten, und die Natur ihre Wege geruhig gehen lassen. Wenn inzwischen

sonst nichts dawider ist, so kann man dann doch wol erlauben, daß eine schwangere Frau, die sich nun eben bei der Quelle aufhält, des Morgens ein Glas Brunnen trinke. Dieses nehme ich nicht für eine Brunnencur, es wird schwerlich nachtheilig wirken, und kann doch, wenn man lange damit fortfährt, nüzliche Veränderungen hervorbringen.

Frauen, die ihre Kinder an der Brust haben, dürfen hingegen dieserwegen keine Bedenklichkeit machen, das Pyrmonter Wasser zu trinken; man hat oft gesehen, daß sich Mutter und Kind sehr wohl dabei befanden. Wenn die Cur nicht zu stark abführt, so vermindert sie die Milch nicht. Aber es ist dahin zu sehen, daß immer auf den Brunnen die gehörigen Ausleerungen durch den Stul folgen, sonst geht es hiermit, wie mit andern abführenden Mitteln, welche Säugende nehmen, sie purgiren die Kinder desto stärker.

In vorigen Zeiten ist man sehr bedenklich gewesen, ob man die Fortsezung der Brunnencur zulassen sollte, wenn die Reinigung der Weiber sich einstellt. Man hat lieber ein paar Tage inne gehalten, oder doch wenigstens das Kalttrinken untersagt.

Indessen hat doch schon der erste Arzt, der ein eigenes Buch über das Pyrmonter Wasser schrieb, der D. Bollmann, im Jahre 1661. aus langer Erfahrung behauptet, der Brunnen schade der Reinigung nicht. Vielfältige Erfahrung hat seitdem genug gezeigt, daß Bollmann recht habe; daß jene Regel viel zu allgemein, und die Besorgniß sogar in den meisten Fällen ungegründet sey, daß man auch, sehr oft ohne Nuzen oder Nothwendigkeit, dadurch einige Tage von der kostbaren, zur Brunnencur bestimmten Zeit, verloren habe.

Nur allein für diejenigen ist es rathsam, den Brunnen während der Reinigung auszusezen, die einem starken Flusse derselben, oder andern Zufällen dabei unterworfen sind.

Alle andere, die aus jenem Grunde nichts zu besorgen haben, können ohne die geringste Bedenklichkeit, aber freilich mit einer gewissen Discretion und Aufmerksamkeit, ihre Cur ununterbrochen fortsetzen, und nach wie vor ihren Brunnen kalt trinken, wenn dieses ihre Cur mit sich bringt. Ebenfalls können sie auch laulichte Bäder dabei fortsezen, ohne die geringste Gefahr.

Es wird auch zuweilen gefragt, ob der Beischlaf bei der Brunnencur schädlich sey? Alles

Uebermaaß hierinn ist zu jeder Zeit schädlich, für jeden, der kein Hercules ist; also vornemlich bei der Brunnencur. Daher sollten auch starke Personen, die nur für geringe Beschwerden den Brunnen trinken, sehr mäßig hierinn seyn.

Schwache und Kranke aber thun vernünftig, wenn sie bei der Cur gänzlich unterlassen, was ihre ganze Maschine so sehr erschüttert. Wer empfindliche reizbare Nerven hat, oder wer seinen erbärmlichen Magen in Pyrmont herstellen will, der begeht eine große Thorheit und handelt gerade seinen Absichten entgegen, wenn er sich nicht der äussersten Enthaltsamkeit befleißigt, und durch eingebildete, oder wirkliche Triebe, die er überwinden konnte, sich verführen läßt, in einem Augenblicke niederzureissen, was er in verschiedenen Tagen gebauet hat.

Die meisten Curgäste, wenn sie von zärtlichem Baue sind, befinden sich während der Cur in einem etwas irritirten Zustande, in welchem diese Uebung am wenigsten anzurathen ist, wenn auch eben darum die Begierde dazu größer wäre.

Im Durchschnitt schaden sich immer Männer mehr damit, als Weiber; und es wird angemerkt, daß Brunnentrinker oft Magendrücken, üble Verdauung und Durchfälle unmittelbar nach die-

dieser Convulsion gespürt haben. Uebrigens kann man über diesen Punkt mehr lesen.

Der Gebrauch des Tobaks neben dem Brunnen verursacht einen andern Zweifel, obgleich der Rauchtobak, zum wenigsten jezt nicht mehr, bei einer so großen Classe von Menschen, wie vormals. Nachdem man den Brunnen abgetrunken hat, bei dem Frühstück mögen diejenigen, welche daran gewöhnt sind, und es auch beim Brunnen vertragen können, immerhin eine Pfeife Tobak rauchen. Weil aber doch der Tobak von narcotischer Natur ist und sehr nachdrüklich auf die Nerven wirkt, so sollten die empfindlichen Personen, und alle, die unangenehme Wirkungen und Empfindungen darauf spüren, denselben hier ganz weglassen, wenn sie ihn auch sonst leiden können. Das Uebermaaß aber auch in diesem Stück kann man nicht anders als verwerfen. Das Tobakschnupfen während der Zeit, daß man des Morgens den Brunnen trinkt, ist gewiß gar nicht zu empfehlen; es vermehrt so leicht die Eingenommenheit des Kopfs nach dem Brunnen ohne Noth, und kann diese Empfindung bei zärtlichen Nerven bis zum Schwindel treiben. Indessen vertragen es doch auch einige Leute ohne die mindeste Folge, und wenn es nicht gleich schadet, so schadet es gar nicht.

Wegen der Nachmittagsruhe ist auch mancher in Ungewißheit, ob er sie bei der Cur abwarten dürfe. Wenn man sich sonst nicht daran gewöhnt hat, so ist es eben nicht zuträglich, bei dem Pyrmonter Wasser nach dem Essen zu schlafen, weil überhaupt der Schlaf uns überfällt, indem der Magen voll und das Blut durch Essen und Trinken, noch wohl dazu ausgedehnt und erhizt ist, stark nach dem Kopfe treibt, und gewöhnlich ein aufgetriebenes Gesicht, trübe Augen, Drücken über der Stirn und im Hinterkopfe, oder Kopfschmerzen, Trägheit und Magenbeschwerden, nachläßt.

Der Nachmittagsschlaf, der solche Folgen hat, ist Niemanden zuträglich, aber am wenigsten beim Pyrmonter Brunnen, der an sich schon, wie alle geistige Eisenwasser, gern auf den Kopf wirkt, wenn sonst etwa schon im Körper ein Trieb zum Kopfe vorhanden. Am allerschlimmsten wäre es, wenn man sich durch Wein, oder durch Uebermaaß im Essen, diesen Nachmittagsschlaf veranlaßte. Wer die Nachtruhe gehörig abwartet, sich bei guter Zeit zu Bette legt, und nicht in die Nacht schwärmt, der kann in unserm Clima, wenn nicht besondere Umstände eintreten, des Schlafs bei Tag wohl entbehren. In Pyrmont verscheucht man die dazu einladende Müdig-

digkeit nach dem Essen leicht, wenn man in die Luft geht, wie die meisten thun, oder durch Gesellschaft. Ueberhaupt also kann der Schlaf des Nachmittags Niemanden angerathen werden.

Es giebt aber Personen, die sehr daran gewöhnt sind, die sich wohl und munter auf eine kleine Sieste fühlen: diesen kann man es freilich nicht ganz untersagen. Bei der größten Sommerhize, wenn man bald nach dem Essen noch nicht wieder in die Luft gehen kann, und gern des Abends noch etwas spät die Kühlung genießt, ist doch auch manchmal eine Ausnahme zu machen; nur sollte man daraus keine Regel machen, alle Tage darnach zu leben.

Daß der Nachmittagsschlaf nicht so gefährlich sey, wie wol einige geglaubt haben, zeigt uns der allgemeine Gebrauch der warmen Länder; jedoch ist hierbei anzumerken, daß man in warmen Ländern weniger zu Mittag esse, als bei uns.

Allen Brunnengästen ist also eine gute Lehre zu geben, die des Nachmittags zu schlafen gedenken, welche diese ist: daß sie alsdann vorzüglich mässig im Essen und Trinken bei ihrer Mahlzeit sind, so werden sie am wenigsten Schaden davon haben, und vielleicht wandelt sie als-

dann die Müdigkeit gar nicht an. Wer sich auch zum Schlaf ordentlich aufs Bette legen will, der sollte doch wenigstens sich nicht zu sehr bedecken: denn der Schweiß, der ohnehin so gern des Nachmittags bei warmem Wetter, zumal bei der Cur, entsteht, wird alsdann über die Maassen stark; und viel schwizen ist bei der Cur keinesweges zuträglich.

Die lezte Frage, welche Marcard hier zu erörtern gedenkt, betrift die Wiederholungen der Cur in verschiedenen Jahren. Bei sehr hartnäkkigen und tief eingewurzelten Krankheiten hat man zuweilen Beispiele, daß im ersten Jahre noch nicht die völlige Genesung durch den Brunnen geschafft wird, und daß sie dann doch im zweiten oder dritten Jahr erfolgt, wenn man die Cur wiederholt. Für ungedultige Kranken sind dieses unangenehme Aussichten, aber langwierige und rebellische Krankheiten gehen keinen andern Gang. Wenn man nun solcher Umstände halber, oder wegen erlittener Rückfälle, oder um die Gesundheit vollends zu befestigen, verschiedene Jahre hintereinander den Brunnen getrunken und sich gewissermaaßen daran gewöhnt hat: so fragt sich, ob man ihn alsdann in der Folge weglassen dürfe?

Es müßte gewiß eine sehr beträchtliche Reihe von Jahren seyn, daß man sich dieses Wassers unausgesezt bedient hätte, wenn daraus, wie man behauptet hat, eine Nothwendigkeit fließen sollte, es nun für die Zukunft alljährlich zu wiederholen. Marcard sind zum wenigsten manche Personen bekannt, die geraume Jahre hindurch den Pyrmonter Brunnen bei der Quelle und zu Hause getrunken hatten, und deren Lage sie in der Folge verhinderte, ihn verschiedene Jahre fortzusezen, ohne daß ich daraus den mindesten Nachtheil wahrgenommen hätte.

Durch solche Curen will man die verlohrne Gesundheit herstellen, die hergestellte befestigen, oder sich vor Krankheiten verwahren, zu denen man eine Anlage spürt. Ist man wieder gesund, und bemerkt keine Vorboten der befürchteten Uebel mehr, so fällt auch damit die Nothwendigkeit der Cur weg.

Ganz ungegründet ist zwar überhaupt die Bemerkung nicht, daß zuweilen mit der Wiederkehr gewisser Jahrszeiten, d. h. wol in dem nemlichen Laufe von Gelegenheits-Ursachen, auch die nemlichen vorjährigen Beschwerden sich wieder einfinden.

Aber so schlechterdings astronomisch geht es dann doch mit der Gesundheit nicht, daß man bei Strafe und Gefahr sich darnach richten müßte, wir sind ja nicht immer mit unserm Befinden nach Ablauf des Jahrs da wieder, wo wir heute sind.

Die Dispositionen des Körpers verändern sich, und die Natur geht nicht immer denselbigen Weg.

Wenn man nicht krank ist, und nicht mit Grunde Krankheiten zu fürchten hat, so bedarf man keiner Arznei, wer auch vorher noch so viel gebraucht hätte. Marcard däucht es daher, der Pyrmonter Brunnen lasse sich manches Jahr unausgesezt trinken, ohne daß daraus die Nothwendigkeit folge, ihn in Zukunft, so lange man lebt, jährlich fortzusezen. Die Erfahrung sowol, als die angeführten Gründe bestätigen dieses überflüssig. Schon der vortrefliche Robert dachte vor 100 Jahren eben so über den Gebrauch der geistigen Stahlwasser.

Es ist eine ausgemachte Sache, daß vielfältig Kranke während der Brunnencur noch nicht alle gewünschte Besserung spüren, und dann doch nach Endigung derselben, nach einigen Wochen,

je nach Monaten gesund werden; und dieses hat man die Nachwirkung genannt.

Zuweilen fühlen die Kranken bei der Cur nur deswegen die Besserung nicht, weil sie immer in einem etwas gereizten Zustande sind, oder weil der beständige Wirbel, worinn sie leben, das viele ungewohnte Gehen, sie täglich ermüdet und angreift. Wenn diese alsdann wieder nach Haus in ihre gewohnte Lebensart und Ruhe kommen, so fühlen und bemerken sie dann erst recht, was sie gewonnen haben. Dieses kann man eigentlich nicht Nachwirkung nennen; aber andre Fälle, die jährlich vorkommen, verdienen ganz richtig diesen Namen.

Wenn fehlerhafte Eingeweide durch die Brunnencur so wieder hergestellt werden, daß sie nunmehro ihre Verrichtungen vollständig mit Kraft und Nachdruck thun, und bessere Säfte bereiten können: so sieht man leicht, daß die ganze Folge dieser nützlichen Veränderung nicht auf einmal erscheinen könne. Es braucht Zeit, ehe sich die Wirkung davon in der ganzen Mischung der Säfte und auf die festen Theile äußern kann.

Die=

Dieses war die Erklärung der Nachwirkungen des Pyrmonter Wassers in einer Art von Fällen, aber es gibt deren mehrere. Es mag stärkend auf die festen Theile und die Nerven wirken, oder verbessernd auf die Säfte, so begreift man wohl, daß nicht immer die gesammten Folgen der heilsamen Verbesserungen auch sogleich alle da seyn können.

BSB Bayerische StaatsBibliothek
MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Reuß, Christian Friedrich von,

Allgemeines medicinisch-diätetisches Handbuch bei der Sauerbrunnen-Cur welches die dabei nöthig zu beobachtende Maasregeln enthält und Anweisung gibt, den vorkommenden Vorurtheilen und Fehlern gehörig zu begegnen

Frankfurt und Leipzig 1792

Path. 1044
urn:nbn:de:bvb:12-bsb10474210-8
VD18 10660119